まったく
新しい
デッサンの
教科書

絵心がなくても
スラスラ
描ける！

鉛筆一本ではじめる

人物の描き方

ロジカルデッサンの技法

OCHABI Institute［著］

インプレス

●本文内の製品名およびサービス名は、一般に各開発メーカーおよびサービス提供元の登録商標または商標です。
●なお、本文中にはTMおよび®マークは明記していません。

はじめに

絵は、紙と鉛筆さえあれば簡単に描けます。いえ、道具なんてなくてもいいのです。子どものころを思い出せば、誰もが石ころや木の枝、指先をつかって地面に好きな形を描いたことでしょう。

このように、絵は、人間が生まれながらにして持っている表現手法なのです。ところが、いろいろな表現に触れるにつれ、絵を描くことにハードルを感じてしまうという人が多いのも事実です。

描きたいけど、上手ではないから描かない。上手になりたいけど、センスがないからチャレンジすらしない。そんなふうに思っている人に、楽しく絵を描いてもらいたい。センスではなく上手に描けるコツを知ってほしいという思いから、「ロジカルデッサン」の技法を本にまとめました。

ロジカルデッサンは、センスや鍛錬に頼らずに伝わる絵を描くための技法です。伝わる絵を描くとは、言いかえれば、ものごとの形や構造、成り立ちをきちんととらえて表現するということです。そのため、基本的な図形や骨組みを描くところから始まります。でもその基本さえわかれば、動きのある人物や情景など、鉛筆1本で幅広い表現ができるようになるのです。

人間の身体の構造をとらえて描けば、たとえそれが棒人間であってもいきいきとしたキャラクターになります。それでは気軽にデッサンを楽しみましょう！

2020年春　執筆者一同

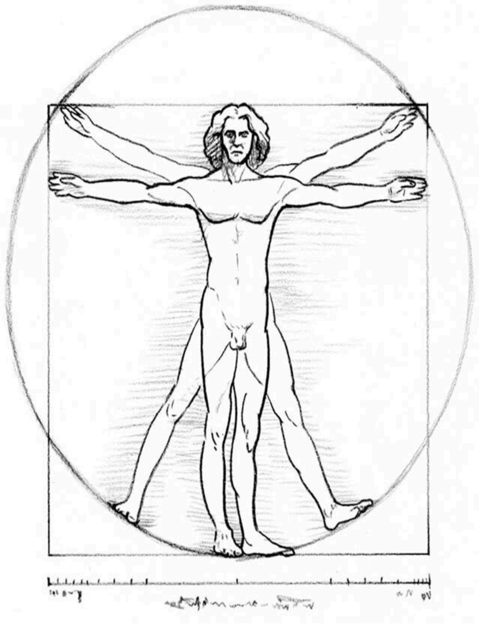
Contents | 目次

はじめに …… 003
本書の使い方 …… 010

序章 絵の描き方を知ろう …… 013

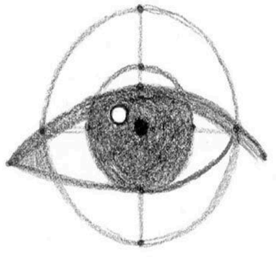
01 【Study】 絵は誰(だれ)でも描ける …… 014
02 【Study】「知る」ことで描けるようになる …… 016

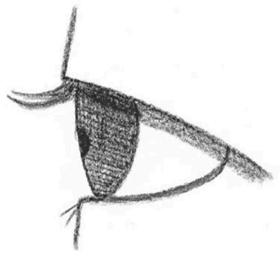
Column 世界標準となった人物表現 …… 018



第1章 鉛筆1本で描こう

鉛筆1本で描こう …… 019
01 【Study】 鉛筆(えんぴつ)の使い方 …… 020
02 【Work】 ストレッチをしよう …… 021
03 【Work】 曲線の練習をしよう …… 022
04 【Work】 正円を描こう …… 024
05 【Study】 バリューを理解しよう …… 026
06 【Work】 バリューを描いてみよう …… 028
07 【Study】 目を観察しよう …… 030
08 【Work】 目を描こう …… 031
Column 動物の目 …… 036





第2章 顔を描こう

第2章 顔を描こう …… 037

01 【Study】 顔の形をとらえよう …… 038
02 【Work】 正面向きの顔を描こう …… 040
03 【Work】 線で音や手触(てざわ)りを表現しよう …… 046
04 【Work】 線で髪(かみ)の毛を描こう …… 047
05 【Study】 子どもの顔の形をとらえよう …… 050
06 【Work】 子どもの顔を描こう …… 051
07 【Study】 顔の向きをとらえよう …… 057
08 【Work】 斜(なな)め向きの顔を描こう …… 059
09 【Work】 横向きの顔を描こう …… 066

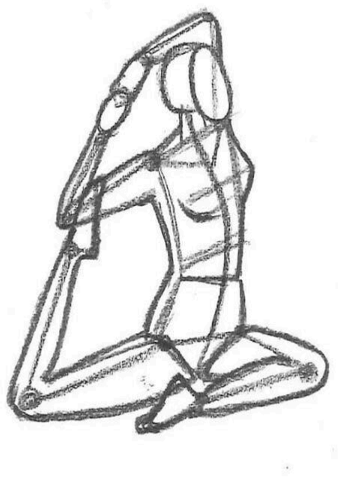
Column 魔女(まじょ)の顔 …… 076

第3章 身体を描こう

第3章 身体を描こう …… 077

01 【Study】 人の形を骨格でとらえよう …… 078
02 【Work】 人の形を描こう …… 080
03 【Study】 人の動きを表現しよう …… 084
04 【Work】 動きのあるポーズを描こう …… 086
05 【Study】 身体の形をとらえよう …… 092
06 【Work】 正面向きの身体を描こう …… 094
07 【Study】 服装の特徴(とくちょう)をとらえよう …… 099
08 【Work】 服を着ている人を描こう …… 101
09 【Study】 横向きの身体の形をとらえよう …… 104
10 【Work】 横向きの身体を描こう …… 106
11 【Work】 洋服を着ている身体の形をとらえよう …… 114

Column 進化の話 …… 120



第4章 人物を描こう

人物を描こう …… 121

01 【Study】 斜(なな)め向きの身体をとらえよう …… 122
02 【Study】 正しいデッサンとは？ …… 124
03 【Work】 斜(なな)め向きの身体を描こう …… 125
04 【Study】 空気遠近法で奥(おく)行(ゆ)きを出そう …… 134
05 【Work】 奥(おく)行(ゆ)きのある人を描こう …… 135

Column 西洋画家と浮世絵師(うきよえし) …… 146

第5章 人のいる情景を描こう …… 147

01 【Study】 風景の描き方を知ろう …… 148
02 【Work】 部屋の風景を描こう …… 152
03 【Study】 陰影（いんえい）をとらえよう …… 162
04 【Work】 人のいる情景を描こう …… 163

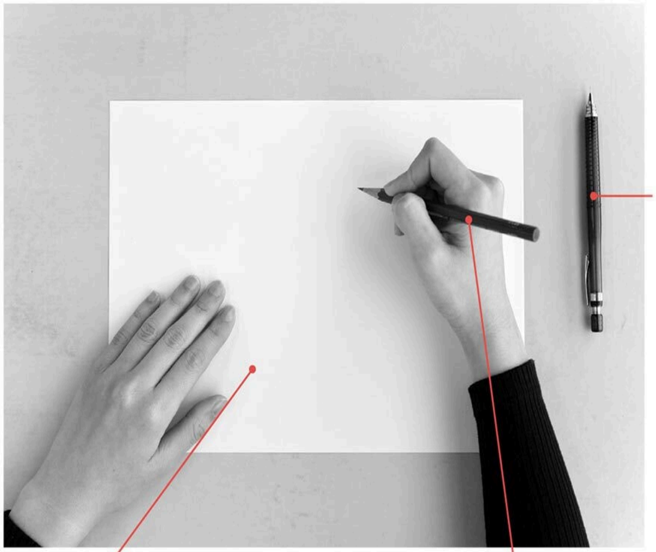
Column アートとサイエンス …… 172

おわりに …… 173
監修者（かんしゅうしゃ）&執筆者（しっぴつしゃ）プロフィール …… 174

本書の使い方

●用意するもの

絵を描くには、キャンバスと筆が必要です。キャンバスといっても、ノートでも手帳でもホワイトボードでもかまいません。筆についても同じです。シャープペンシルや鉛筆など、手元にある道具で始めましょう。本書では、シャープペンシルまたは鉛筆を使って絵を描いていきます。紙はA4のコピー用紙か、無地のノートがあればよいでしょう。消しゴムも用意しておきます。

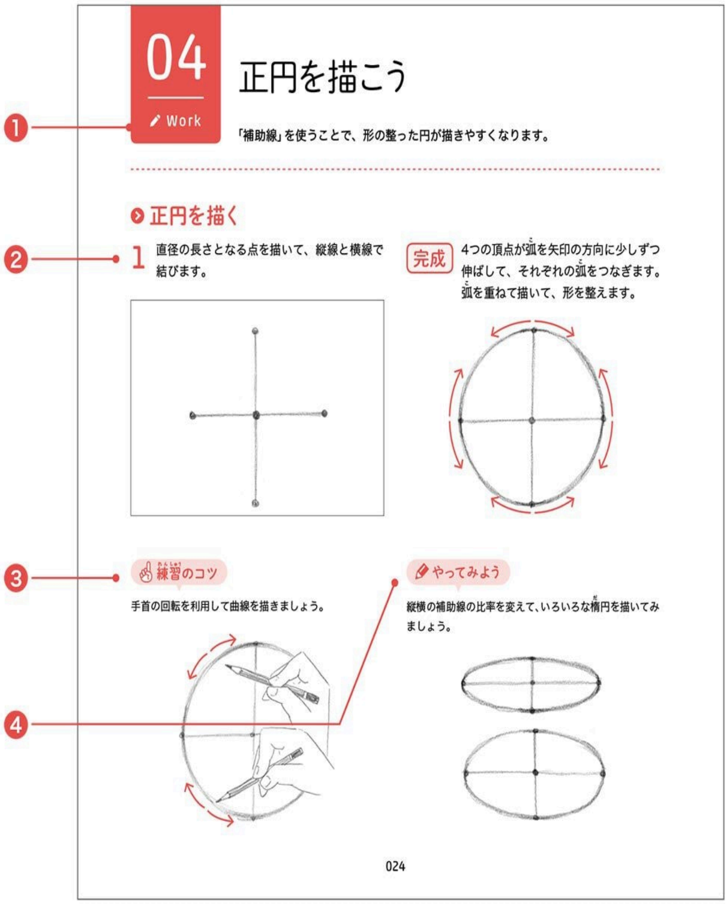


●題材（モチーフ）について

本書では、すべて紙上に掲載された題材やモチーフ、作例を見ながら描いていきます。そのため、現物を用意する必要はありません。ひと通り本書を学び終えてから好きな題材を描いてみましょう。

●本書の構成

本書では、線の描き方に始まり、顔や身体の平面的、立体的な描き方を学びながら、人のいる情景までを描いていきます。それぞれの項目は、絵を描くための知識や考え方を学ぶ「Study」と、実際に手を動かして描く「Work」に分かれています。



※画像はイメージです

❶ Study／Work

Studyで知識や考え方を理解し、Workでは実際の描き方を学んでいきます。

❷ 手順説明

描き方を手順ごとに解説しています。描く位置や方向は、赤い線や矢印で補足しています。

❸ 練習のコツ

描くときに知っておくと便利なコツを紹介しています。

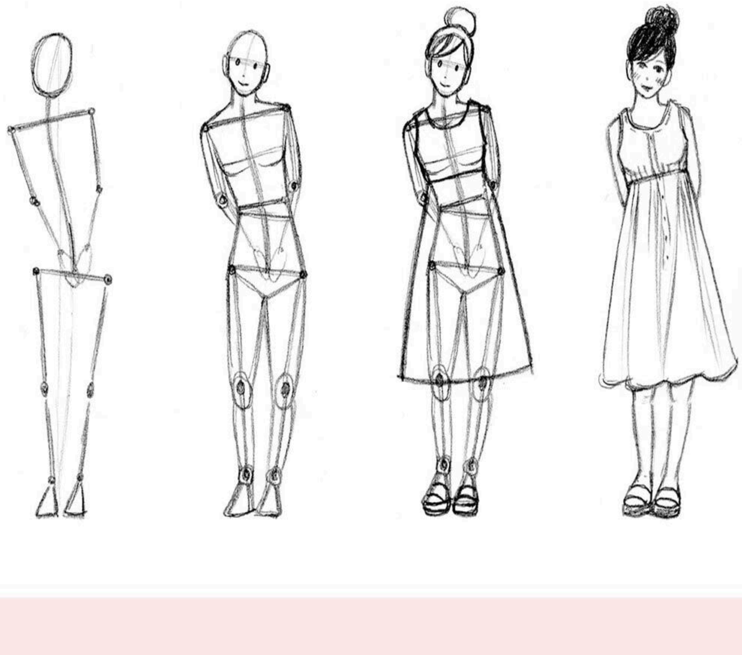
❹ やってみよう

学んだことを活かしてチャレンジする題材を紹介しています。

序章

絵の描き方を知ろう

絵を描く目的は人それぞれですが、人物が描けるようになると、絵の楽しみはぐんと広がります。人物は描くのが難しそうに思えますが、どんな絵を描く場合にも大切なのは、「もののとらえ方」を知ることです。



01

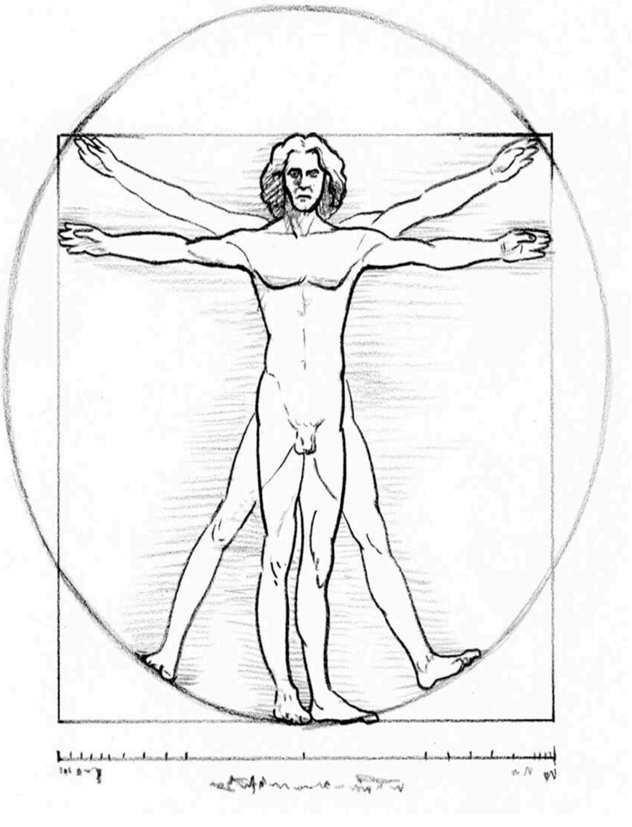
Study

絵は誰でも描ける

本書に倣って練習すれば、誰でも簡単に絵を描けるようになります。

絵の描き方を知ろう

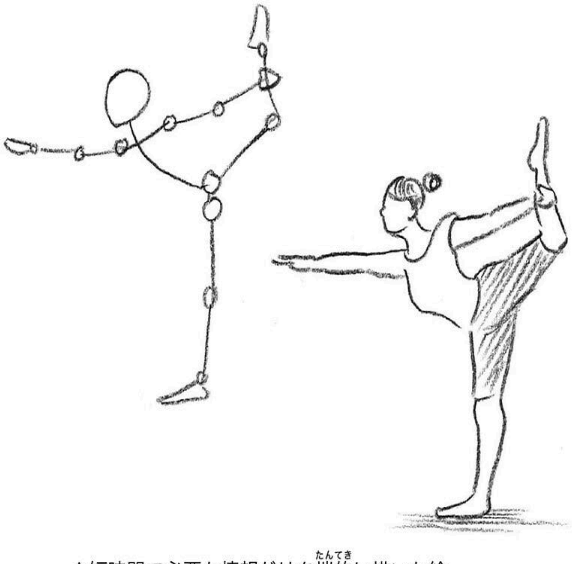
目の前にあるもの、見たことがないもの、なんでも自由に描けるのが絵の楽しさです。ルールにしばられる必要もありません。でも、少しのコツを知るだけで、表現の幅が広がり、もっと楽しく描けるようになるのです。
絵を描くには才能やセンスが必要と思うかもしれませんが、本書では「絵のロジックを知る」というアプローチで、才能やセンスに頼らないデッサンの手法を紹介していきます。



▲絵はロジック（道筋）のうえに成り立っている。本書では、人物を描くためのロジックを1つ1つ紹介していく。この図は、美術解剖学を研究していたレオナルド・ダ・ヴィンチが考案した人体図「ウィトルウィウス的人体図」のイメージ

絵で伝えよう

絵にはさまざまな目的があります。頭に浮かんだイメージをすばやく描きとめるため、目の前の景色を残すため、メッセージを表現するため……。仕事や趣味、アートなど絵の目的はさまざまです。この本では、「ものをきちんととらえる」「絵で伝える」ことを目的に、あらゆる場面で応用できる絵の描き方を学んでいきます。



▲短時間で必要な情報だけを端的に描いた絵は、普段の生活や仕事に活かせる

▲長時間かけて描き込んだ絵は、アートや趣味はもちろん、仕事にも活かせる

02

Study

「知る」ことで描けるようになる

人物を描くコツは、人体をよく「知る」ことです。

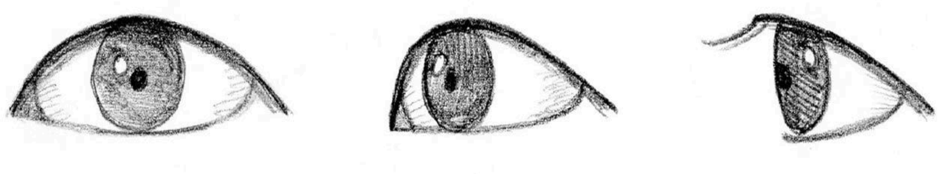
ものの見方を知る

私たちは絵を描くとき、自分が見ている範囲(はんい)、知っている範囲(はんい)で描いています。たとえば下にある絵は、頭の中でイメージした顔を描いたものです。どれも顔として描けていますが、現実の顔と比べると、全体の比率や目や鼻などの形がおかしいことがわかるはずです。絵が苦手と感じる人は、まず観察することからはじめてみましょう。「ものの見方」を知ることで、絵はぐんとよくなります。

▲頭の中でイメージした顔をそのまま描いた例。知っているつもりでも、実際に描いてみるとぼんやりとしか描けない。

構造を描く

絵を描くことは、裏を返せばものをよく観察することです。下の絵は、よく観察して描いた「目」です。けっして写真のように細密に描いたものではありませんが、前ページの顔に描かれた目と比べて、より目らしさが伝わると思います。
ロジカルデッサンでは、美術解剖学的な視点から、人体の形や特徴をとらえて、基本的なプロポーションの絵を描くことに主眼をおいています。そのため、人物を描くための基礎を学びたいあらゆる人に役立ちます。



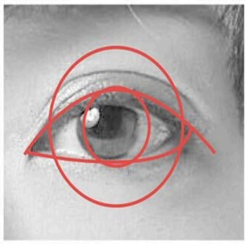
▲基本的な形や構造がわかれば、向きが変わっても描ける

やってみよう

観察する

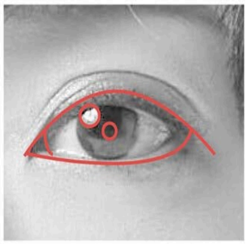
①構造を理解する

眼球の上に、まぶたが被さっている。上まぶたが下まぶたの上に重なっている



②特徴をとらえる

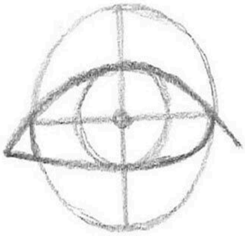
瞳孔は瞳の色にかかわらず黒い、瞳に光が写って白い丸になる。目頭側には涙丘がある……など



描く

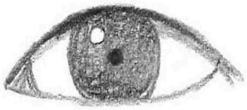
①線で形を描く

眼球やまぶたの形を簡単な線で描く



②バリューを描く

瞳の色や、まぶたの影などにバリュー（白から黒へのグラデーション）を描くことで、実在感が出る



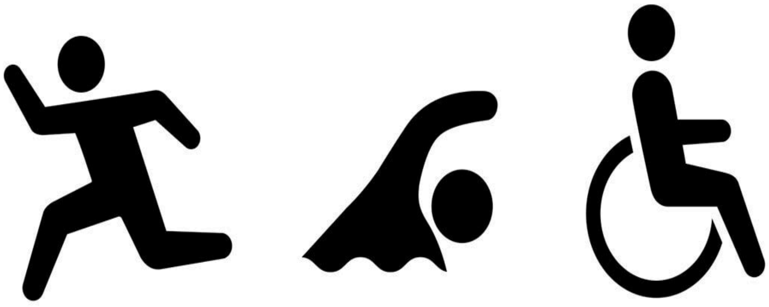
Column 一

世界標準となった人物表現

皆さんの身のまわりでもっとも身近な人物画は何でしょうか？ 人物画には、古代壁画のように簡単な線で描かれた「棒人間」から、写真のように陰影をとらえて写実的に細部まで描かれた「肖像画」などさまざまな表現があります。時代時代の絵を描く目的や用途によって表現方法（技法）が開発されてきました。そんな表現の１つにピクトグラムがあります。

言語圏の違う国々の選手や旅行者が一堂に集まるオリンピック。「何の競技が行われている会場なのか」「トイレなど会場の施設」を的確に案内するために、文字ではなく「共通言語」といえる絵で表示されたサインがピクトグラムです。このピクトグラムは、競技をする人物の動きや施設が、平面的な人物表現で明快に示されています。

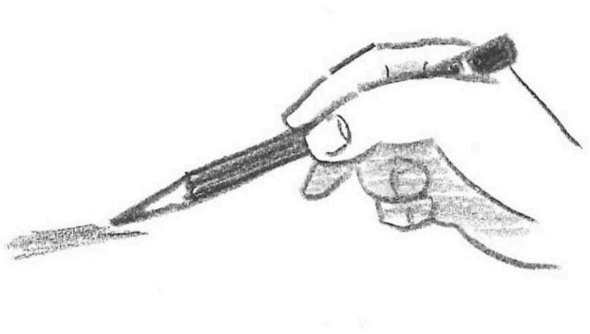
ピクトグラムは、「家紋」など絵で伝える文化・風習があった日本のデザイナーたちにより1964年の東京五輪ではじめて考案され、その後に世界標準となったのです。



第 1 章

鉛筆1本で描こう

第1章では、鉛筆（えんぴつ）の使い方や、線の描き方といった絵を描くための基本的な練習をしましょう。練習の仕上げとして、「目」を描きます。



01

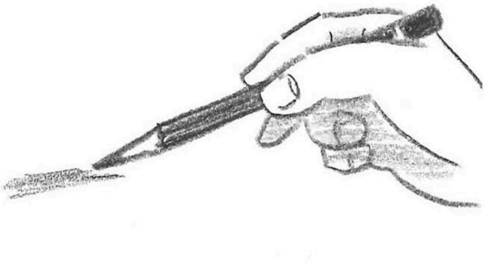
Study

鉛筆の使い方

ここでは、絵を描くための鉛筆の使い方を確認しましょう。

鉛筆の持ち方

絵を描くときの持ち方



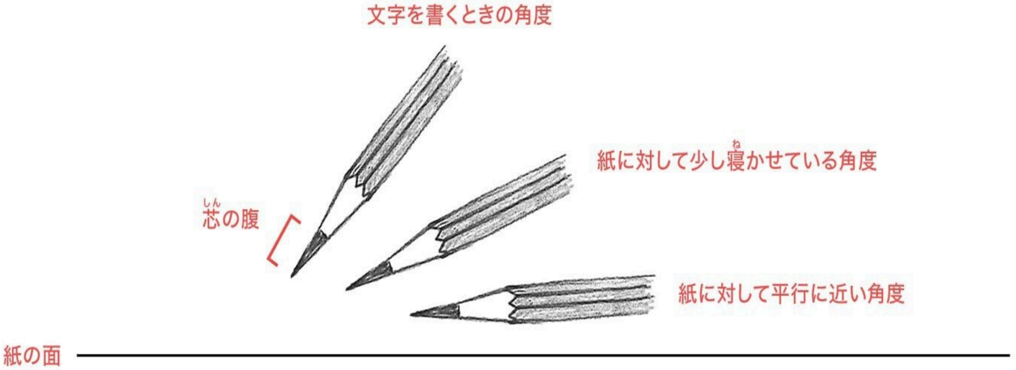
▲指先の力を抜いて鉛筆のうしろのほうを持つ。こうすることで手首やひじが自由に動かせるので、のびやかな線を描ける。絵の大枠を描くときや、塗りつぶすときに使う

字を書くときの持ち方

▲指先に力を入れて鉛筆の先のほうを持つ。安定感があり、力強い線を描ける。また、細部を描くときに使う

鉛筆を持つ角度について

鉛筆をデッサン用の形（28ページ参照）に削ることで、寝かせて使えます。紙に対して少し寝かせると太い線を描けます。平行に近づけるほど芯の腹を幅広く使えるので、広い面積を塗りたいときに便利です。



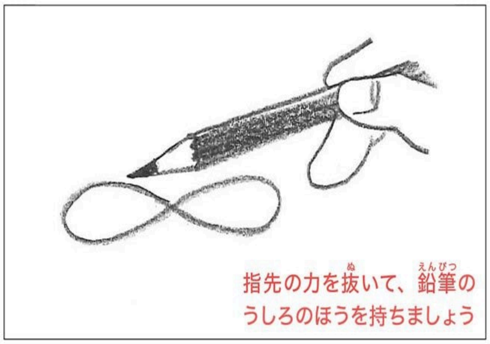
02 Work ストレッチをしよう

絵を描く前に、ストレッチをして指先や手首をほぐしましょう。

∞のストレッチをする

1 絵を描く持ち方で、左右対称になるように∞（横にした8の字）を描きます。描きやすい方向で描きましょう。

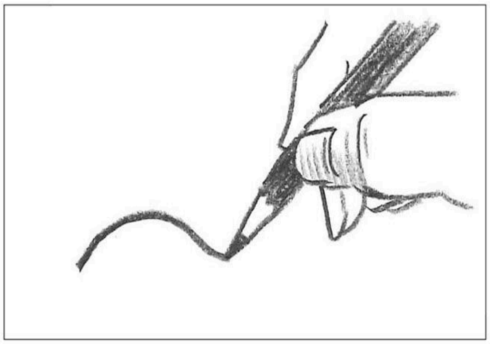
2 慣れてきたら、大きく描いてみましょう。右回りだけでなく、左回りでも練習します。

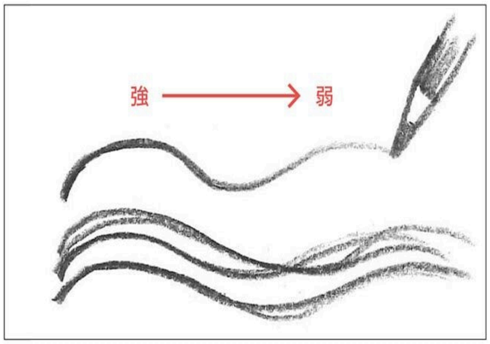


強弱のストレッチをする

1 字を書く持ち方で、指先に力を入れて波線を描きます。描きやすい方向で描きましょう。

2 途中で指先の力を抜いて、波線を描きます。何度も描いて、線に強弱をつけてみましょう。





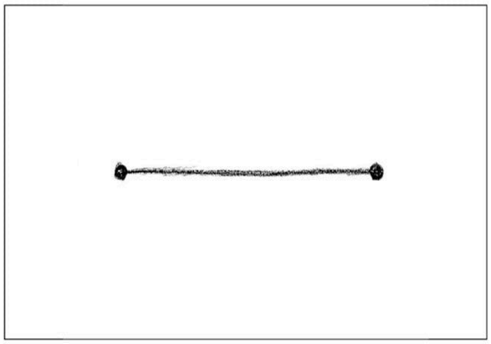
03 曲線の練習をしよう

Work

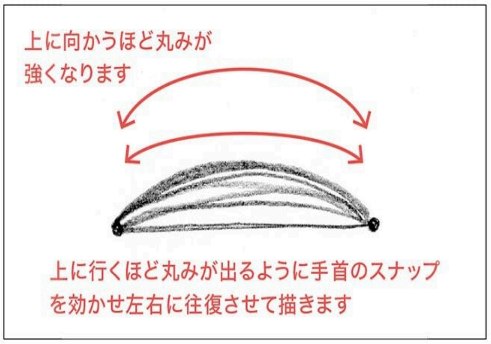
人物を描くときによく出てくる、曲線を練習しましょう。

丸みの違う曲線を描く

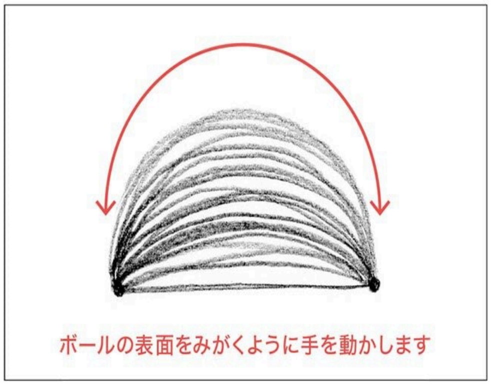
1 横線を描き、左右の端(はし)に点を描きます。



2 横線の上で、弧(こ)を描くように左右の点を曲線でつないでいきます。少しずつ上へふくらませていきましょう。

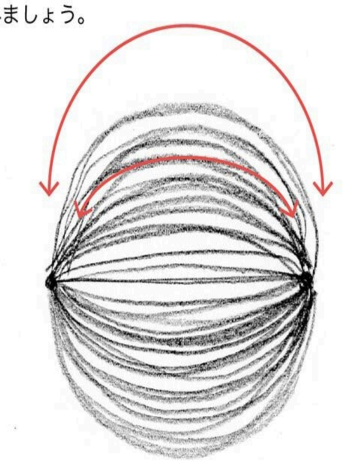


3 さらに上にふくらませて、丸みの違(ちが)う弧(こ)をたくさん描きます。



やってみよう

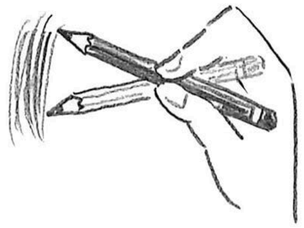
紙をひっくり返して反対側も同じように描き、正円に近づけてみましょう。



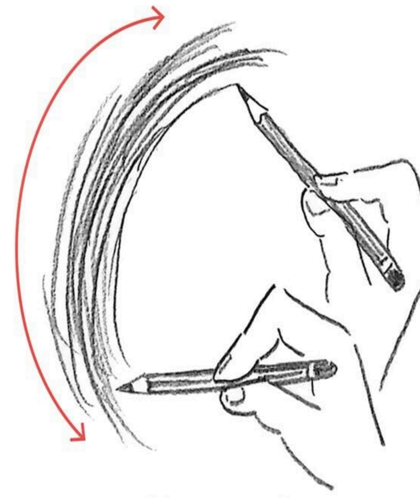
円弧を描く

1 鉛筆を**絵を描く持ち方**で持ち、指先の動く範囲で上から下、下から上へ曲線を描きます。描きやすい方向で何度も往復しましょう。

2 慣れてきたら、手首の回転を利用して上方向に向かって大きく曲線を伸ばします。円周の1/4程度を目安に円弧を描きます。



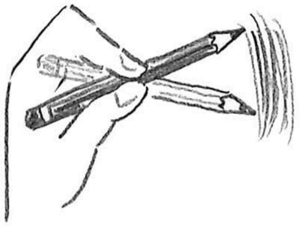
何度も往復させて描きましょう



手首の力を抜いて、上下に振りましょう

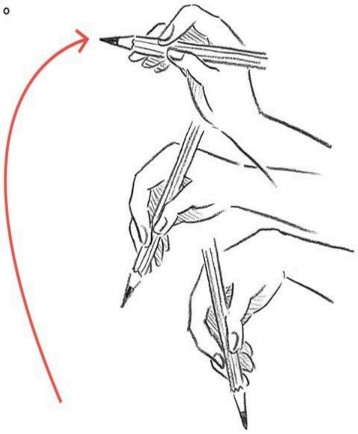
練習のコツ

左利きの場合は右側に描くと描きやすいでしょう。



練習のコツ

手首を上に曲げる動き（「背屈」といいます）を利用して描きましょう。



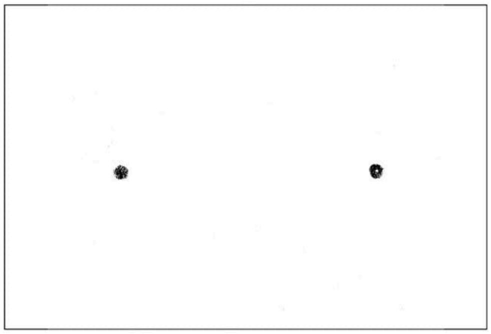
04 正円を描こう

Work

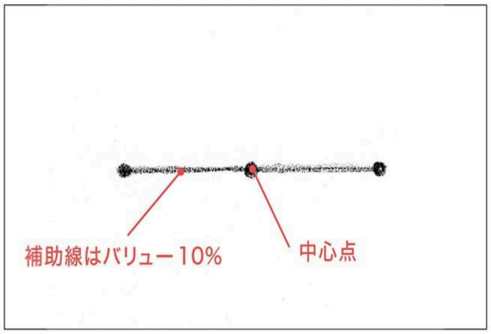
「補助線」を使うことで、形の整った円が描きやすくなります。

補助線を描く

1 まずは絵を描くための骨組みとなる補助線を描いていきましょう。左右に1つずつ点を描きます。これが円の幅となります。

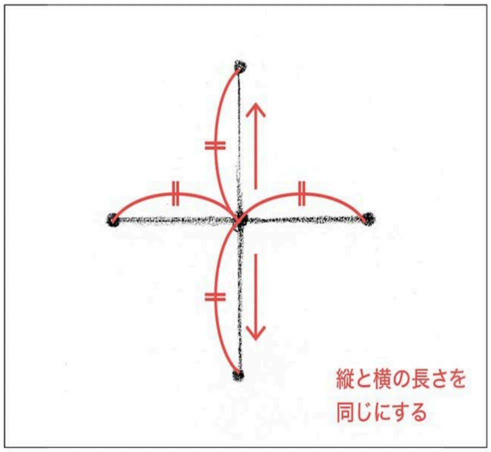


2 2つの点を直線で結び直線の中心に点を描きます。



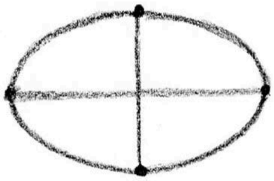
※「バリュー」については26ページ以降で解説します

3 中心点から上下に向かって、垂直の補助線を引き、両端に点を描きます。



やってみよう

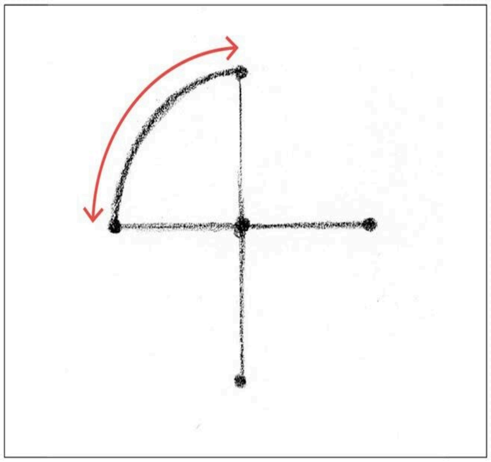
縦横の補助線の長さの比率を変えると、いろいろな円が描けます。



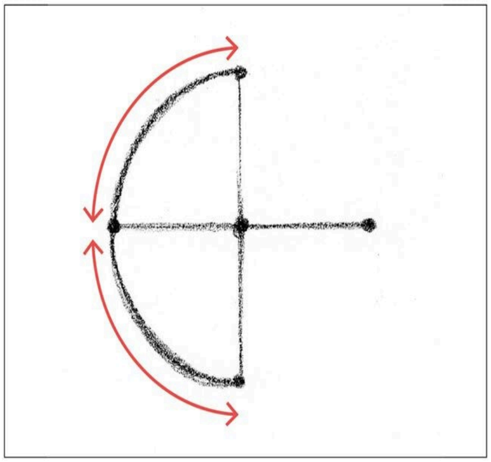
◀▲横長の楕円を描くときは横の補助線を長く、縦長の楕円を描くときは縦の補助線を長くする

頂点を曲線でつなぐ

1 上の点と左の点を曲線でつないで、円弧を描きます。

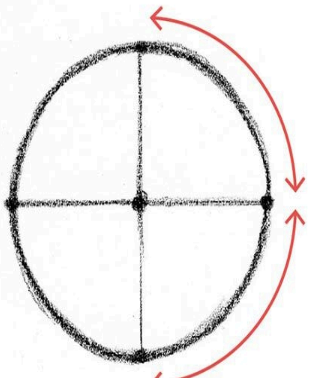


2 左の点と下の点を曲線でつないで、半円を描きます。

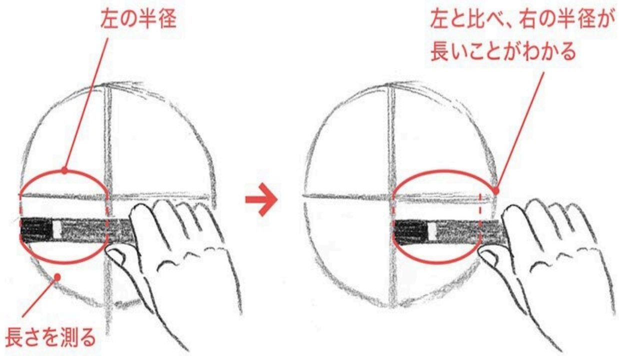


練習のコツ 左利きの場合は上の点と右の点をつなぐと描きやすいでしょう。

完成 紙を180度回転させて、**1**、**2**と同様に半円を描きます。曲線を重ねて輪郭線を丸く整えたら完成です。



練習のコツ 丸がゆがんで見えるときは、上下左右の形が均等でない場合がほとんどです。鉛筆などで確認してみましょう。



▲補助線の左端から中心までの長さ（左の半径）を鉛筆の端と親指の先で測る

▲手を右へスライドさせて、中心から右端までの長さと比べる

05

Study

バリューを理解しよう

デッサンに欠かせない「バリュー」について理解しましょう。

白と黒で表現できること

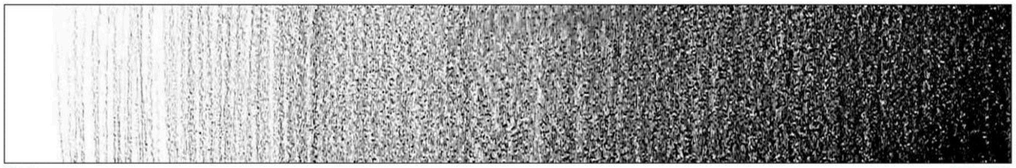
デッサンでは、白から黒の階調を使い分けることで、明暗や陰影だけでなく、色の違いや遠近感も表現できます。

▲線だけの絵

▲バリューのついた絵

バリューとは?

白から黒までの階調は、1本の鉛筆で自由自在に描き分けられるようにする必要があります。この色の階調のことを「バリュー」といいます。「明るい」「暗い」といった感覚的な濃淡を、このバリューを数値にしていい表せます。



0%

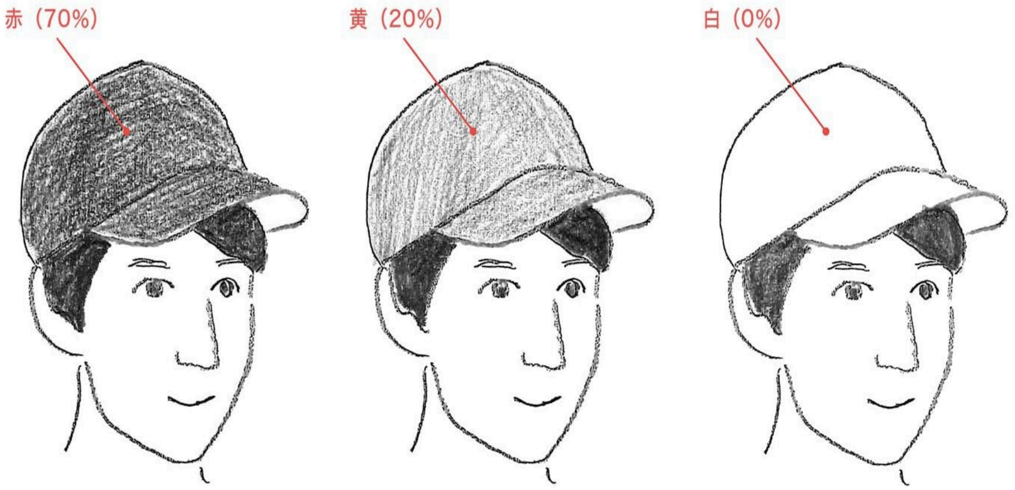
100%

▲2Bの鉛筆で描いたバリュー

バリューの用途

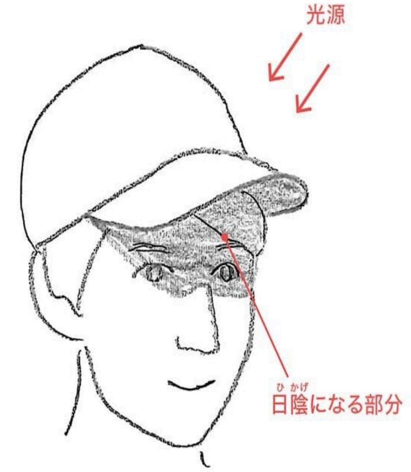
バリューを使うと、「色」「陰影」「遠近」を表現できます。用途を意識して描くことで、バリューをつける目的が明確になり、描きやすくなります。

①色を表現



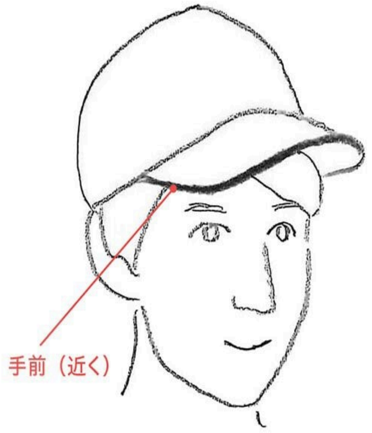
▲色をバリューの濃淡に置きかえることで、白黒の絵でも色の差を伝えられる

②陰影を表現



▲日陰になる部分が黒く見える現象を利用して、陰影を伝えられる

③遠近を表現



▲手前を黒く強調することで、立体感を伝えられる

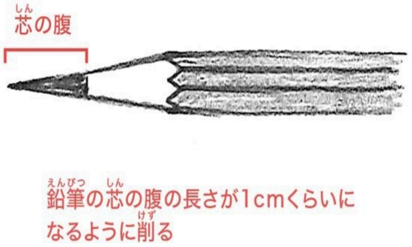
06 Work

バリューを描いてみよう

デッサンで使う鉛筆を準備してバリューを描いていきましょう。

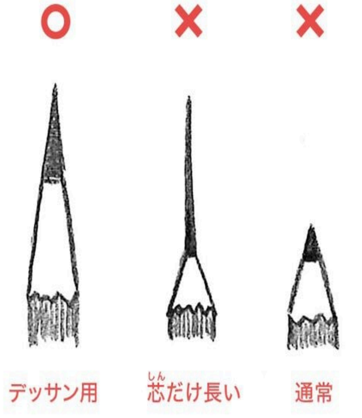
鉛筆を準備する

デッサンでは、鉛筆の芯の「腹」の部分を使ってバリューを描くため、芯の長さが1cmくらいになるようにナイフで削るのがベストです。濃さは2Bがおすすめです。



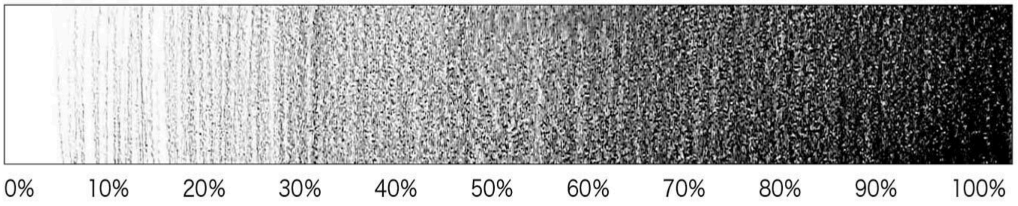
やってみよう

普通の鉛筆の倍くらい芯と木の部分が見えるように削ります。



鉛筆によるバリュー

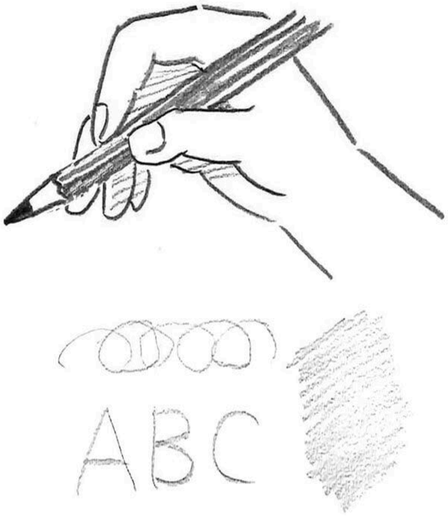
鉛筆でバリューを描いてみましょう。塗りつぶしの回数や、筆圧によってバリューを表現します。



筆圧を変えて描く

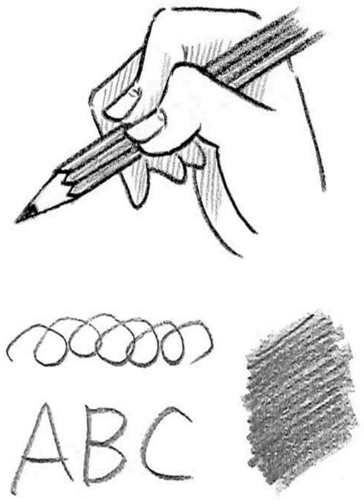
鉛筆の握る力を変えることで筆圧が変わり、濃淡がつきます。実際に文字やバリューを描いて違いを確認しましょう。

力を入れずにふんわりと握る



▲筆圧が弱くなる=淡いバリューになる

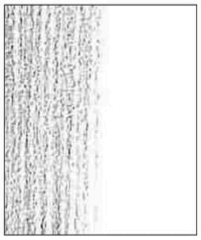
強い力でギュッと握る



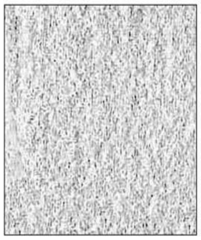
▲筆圧が強くなる=濃いバリューになる

塗り重ねて描く

30%程度のバリューを塗り重ねると、30%、60%、90%の段階が作れます。



▲30%で塗る



▲一度塗り（30%）

▲二度塗り（60%）

▲三度塗り（90%）

07

Study

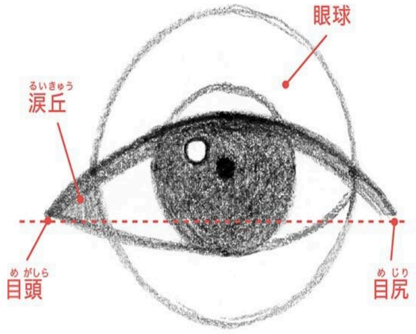
目を観察しよう

バリューの練習として目を描きます。まずは、目のしくみや構造を知っておきましょう。

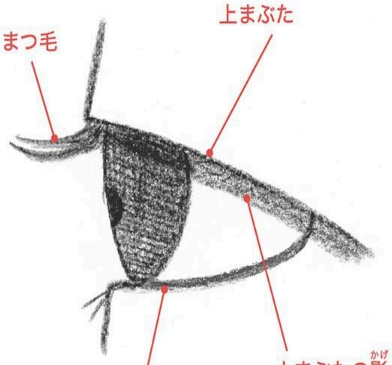
目をよく見る

鏡に映る自分の目を正面から見てみましょう。眼球の上をまぶたが覆っています。目頭側をよく見ると、涙丘と呼ばれるピンク色の部分があります。次に、横から見てみましょう。上まぶたが下まぶたの上に被さっていて、上まぶたを上下することで目を開けたり閉じたりしています。

正面から見た左目

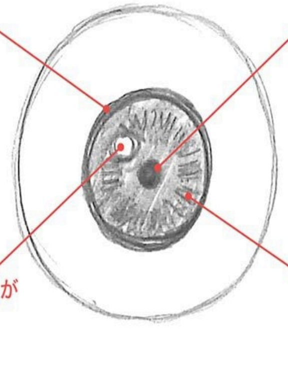


横から見た目



瞳をよく見る

瞳（黒目）を観察してみましょう。瞳の色は、ブラウンやブルー、グリーンなど個人によって差があります。



08

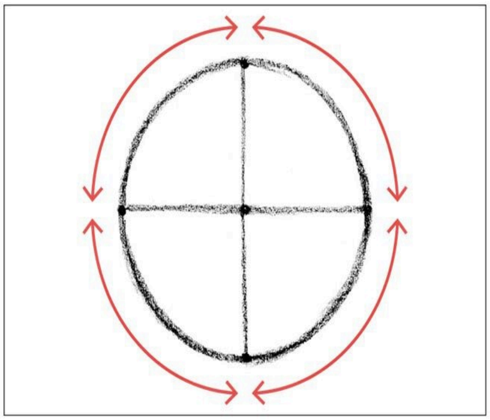
Work

目を描こう

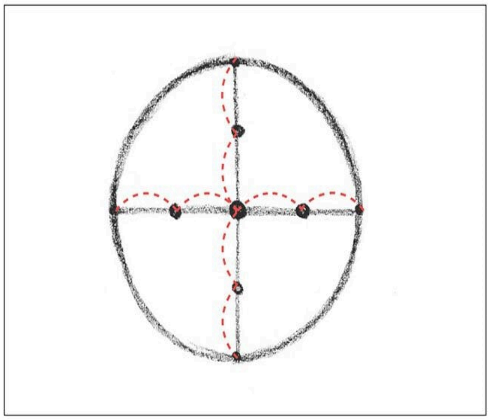
眼球の上にまぶたを被(かぶ)せるようにして、線とバリューを使って左目を描いてみましょう。

眼球を描く

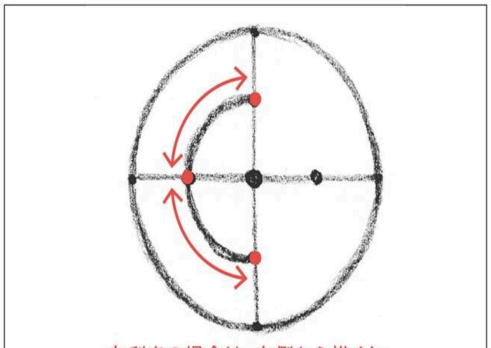
1 24～25ページを参考に正円を描きます。これが眼球の大きさになります。



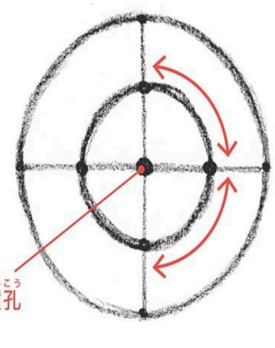
2 黒目の目安となるように、縦と横の線を4等分する点を描きます。



3 曲線で上の点と左の点、下の点をつないで半円を描きます。

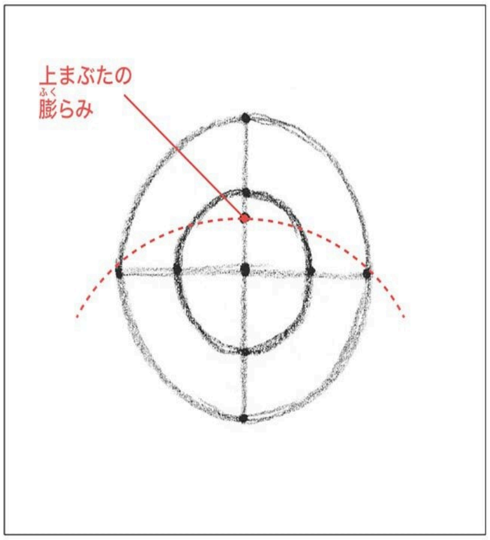


完成 右の半円を描いて正円を描きます。これが黒目の形になります。

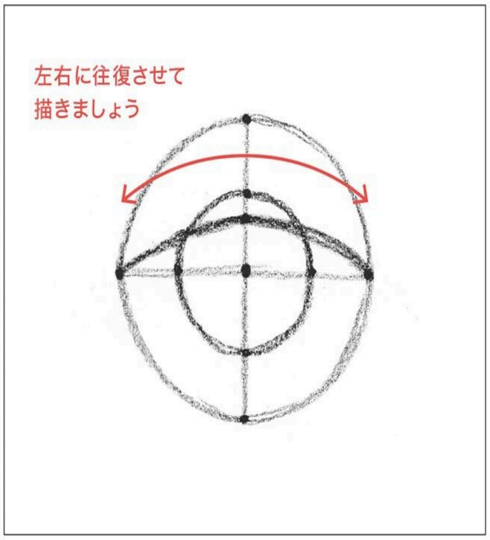


まぶたを描く

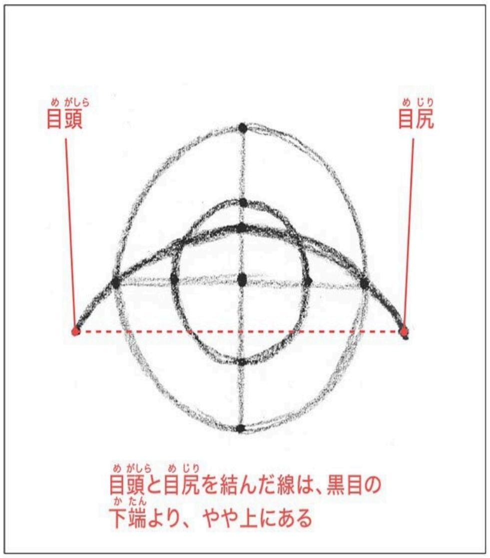
1 黒目の上端のやや下に、上まぶたの膨らみの目安となる点を描きます。



2 1の点と、眼球の左右の点を曲線でつなぎます。

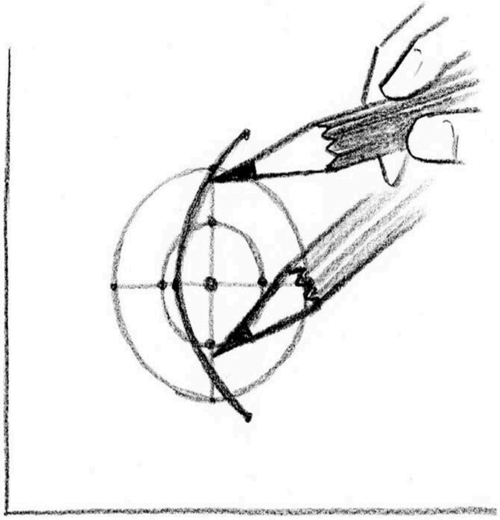


3 2の線を左右に延長して、上まぶたの完成です。



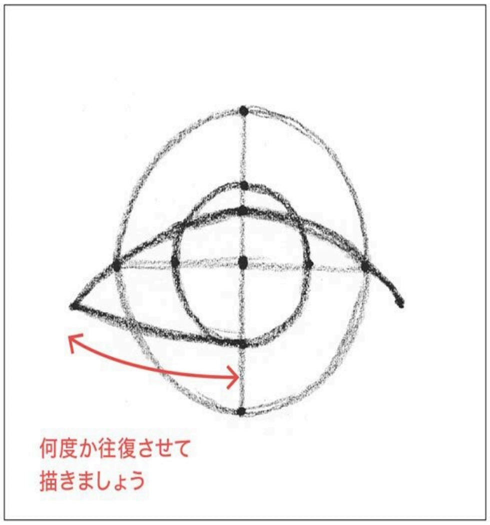
練習のコツ

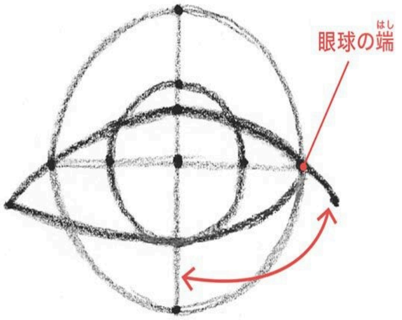
紙を回して描くとよいでしょう。



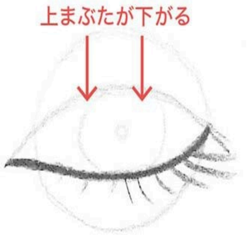
4 目頭の点と、黒目の下端をつなぎます。

完成 黒目の下端と、眼球の端を曲線でつないだら下まぶたの完成です。

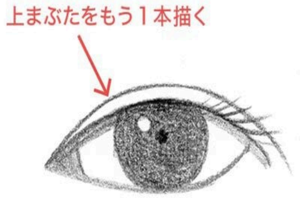




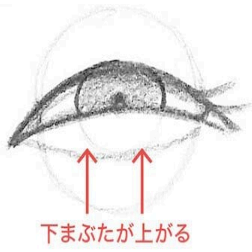
やってみよう まぶたの形を変えて、いろいろな目を描いてみましょう。



▲閉じた目

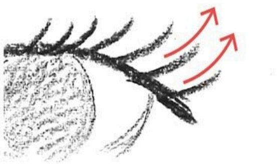


▲二重まぶた



▲笑った目

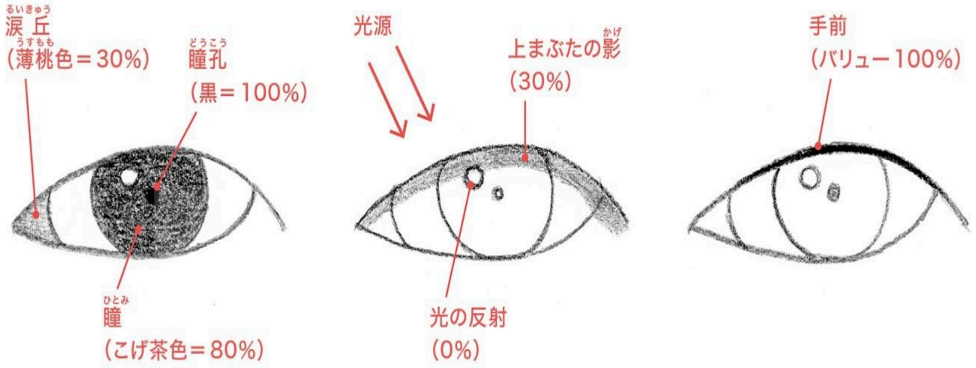
練習のコツ まつげはなだらかな曲線で描いてみましょう。



バリューを描く

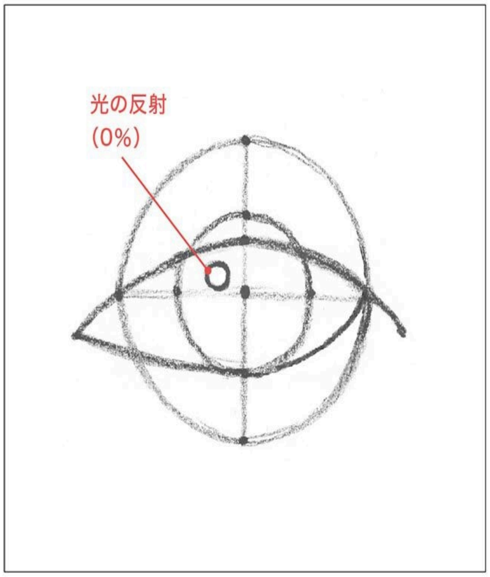
ここでは、瞳(ひとみ)がこげ茶色の目のバリューを描きます。バリューの値の目安と、3つの用途(ようと)を確認しましょう。

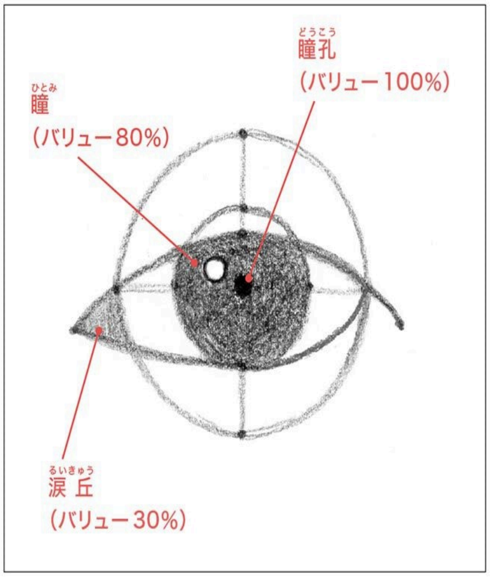
①色を表現　**②陰影(いんえい)を表現**　**③遠近を表現**



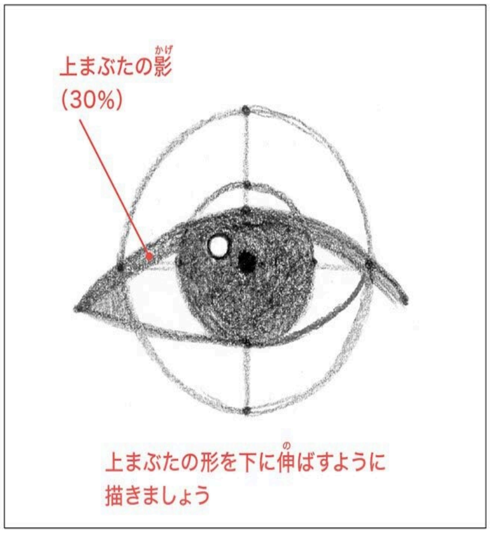
1 瞳(ひとみ)の左上の辺りに円を描きます。光が反射して映っている部分（白、バリュー0%）になります。

2 瞳(ひとみ)、瞳孔(どうこう)、涙丘(るいきゅう)それぞれにバリューを描きます。瞳孔(どうこう)のサイズは、明るいところでは小さく、暗いところではやや大きくなります。



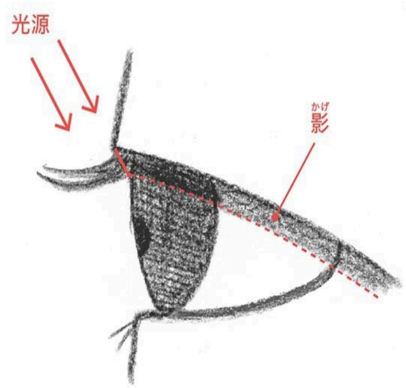


3 上まぶたが眼球に落とす影（バリュー30%）を描きます。

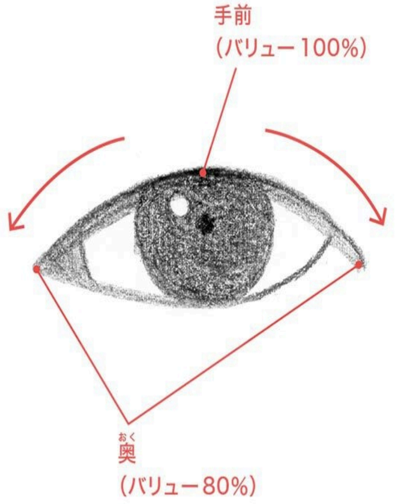


練習のコツ

上まぶたの厚みの分、眼球に影が落ちます。

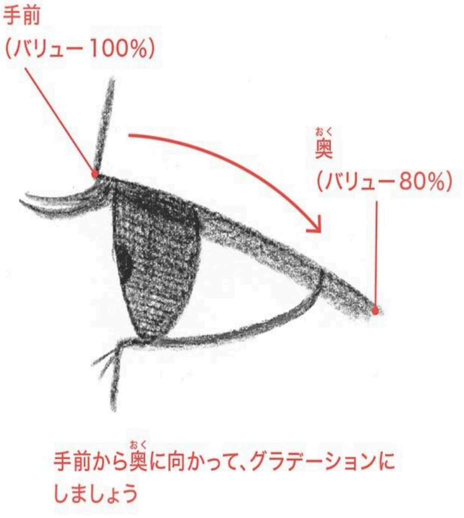


完成 上まぶたの中央から両端までの線を、黒く強調（バリュー80〜100%）し、補助線を消して完成です。



練習のコツ

目を横から見てみると、目頭や目尻よりも、上まぶたの中央が手前にあることがわかります。黒く強調(バリュー100%）することで、目の立体感が表現できます。



Column

動物の目

生き物の身体はその環境で生きていくためにベストな構造になっています。第１章では人間の目の描き方を学んだので、ここではいくつかの生き物ごとに、目を観察してみましょう。まず人の目は、顔の正面に２つあり、その目を閉じたり開いたりするまぶたは上についています。また頭を上下左右に動かせる首を使って周囲を見ることができます。

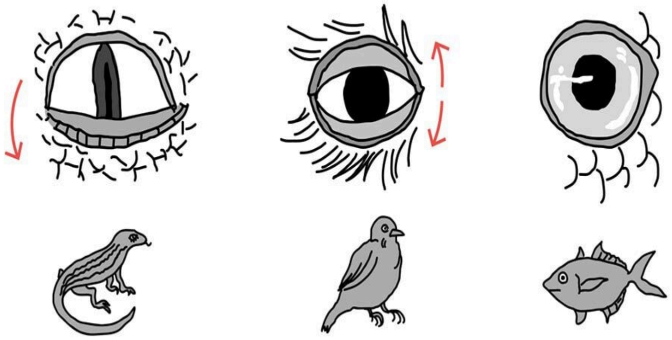
ウマやシカなどの草食動物は広い範囲を見渡せるように2つの目が頭の左右両側に離れており、トラやライオンといった狩りをする肉食動物は前方を走る獲物を追うために２つの目が顔の正面に寄っています。

地面を這いつくばって歩くトカゲは、左右の広い範囲を見渡せるように頭の両側面に１つずつ目がついています。また空を飛ぶ鳥に狙われるため、上側を見やすいような構造になっているのも特徴です。目を開けてすぐに上方が見えるように、まぶたが上から下に開くのです。

その鳥は、地上から空まで高低差が広い範囲を上下左右に自在に飛びまわるため、頭はさまざまな方向に動き、まぶたは上下についています。

また、水中を泳ぐ魚には、まぶたがありません。まぶたには目を乾燥から守るという役目もありますが、水中ではつねに潤っているため不要なのです。

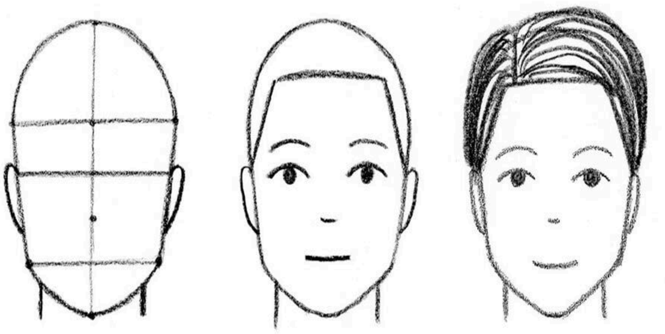
このように生き物は変動する環境に順応しながら、それぞれの生活習慣に合わせて進化してきました。絵を描くときは、このような構造と機能を理解すると、より的確な表現が可能になります。



第 2 章

顔を描こう

顔には、人それぞれ個性がありますが、頭蓋骨（とうがいこつ）の構造はみな同じです。その構造を理解すれば、基本的な顔を描けるようになります。また、比率や形を変えれば、子どもや大人といった、いろいろな顔を表現できます。



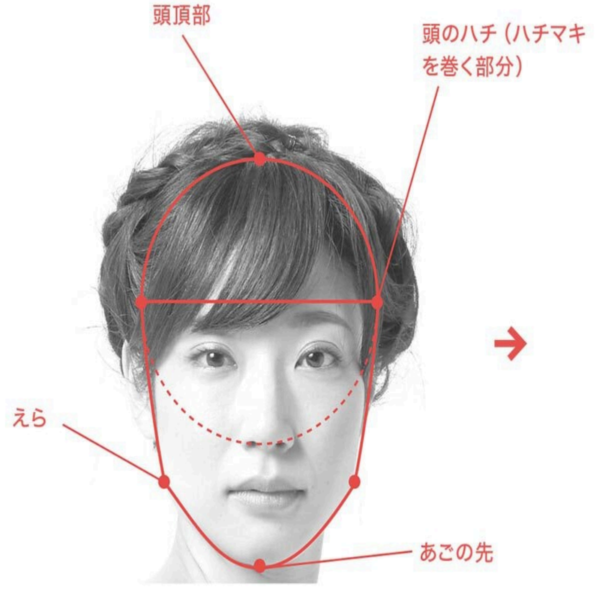
01
Study

顔の形をとらえよう

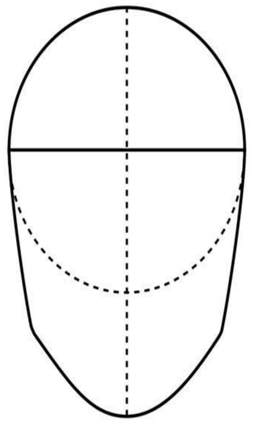
顔の形は、シンプルな図形としてとらえると描きやすくなります。

丸と五角形でできている

顔の輪郭（りんかく）の形は、一見描くのが難しそうに見えます。まずは、骨に注目してみましょう。骨の角ばっている部分が、顔の輪郭（りんかく）の形に影響（えいきょう）しています。頭頂部と頭の最も出っぱっている部分（頭のハチ）をつないだ丸い形（半円）と、えらとあごの先をつないだ角の丸い五角形の組み合わせであることに気づけば、シンプルな形で顔の形を伝えることができます。



▲自分の顔を触（さわ）って、骨の角ばっている部分を探してみましょう。



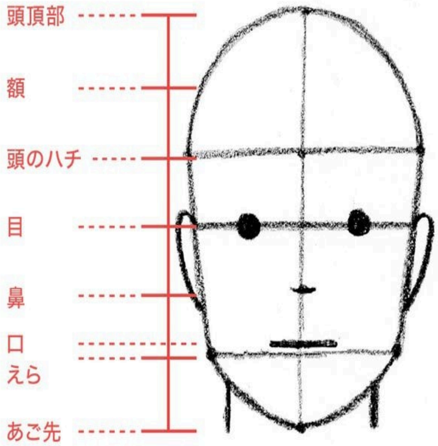
▲形の変わり目をとらえて、シンプルな形で描くことで、顔のプロポーションがくずれにくくなります。

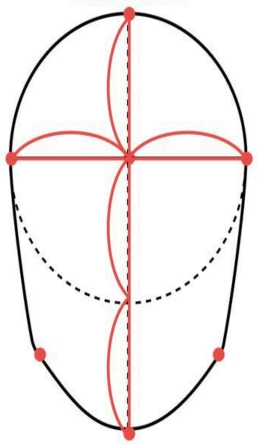
顔の比率を知る

人の体の比率（人体比率）を知れば、目鼻口の位置やプロポーションをとらえやすくなります。

成人の基本の比率

成人の場合、顔を上から下へ6等分した位置が顔の各パーツの基本的な位置になります。たとえば目は全体の1/2、鼻は下から1/3、えらは下から1/6、口はえらの少し上になります。

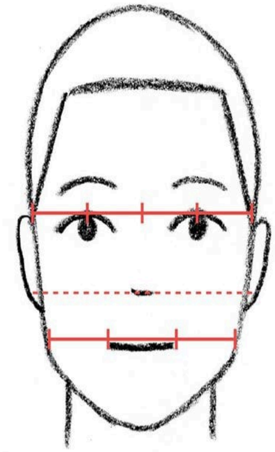


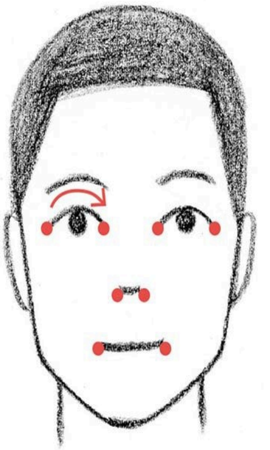


目鼻口の大きさの比率を知る

目鼻口の補助線を基準に、目鼻口の横幅（よこはば）の比率を理解しましょう。

それぞれの補助線に対して、目は1/4、口は1/3、小鼻の幅（はば）は目頭よりやや内側、という大きさが基本です。





▲目鼻口は左右対称（たいしょう）なので、点であたりをつけてから形を描くことで、バランスがくずれにくい

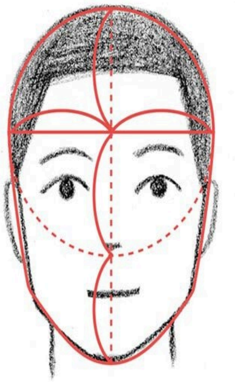
02

Work

正面向きの顔を描こう

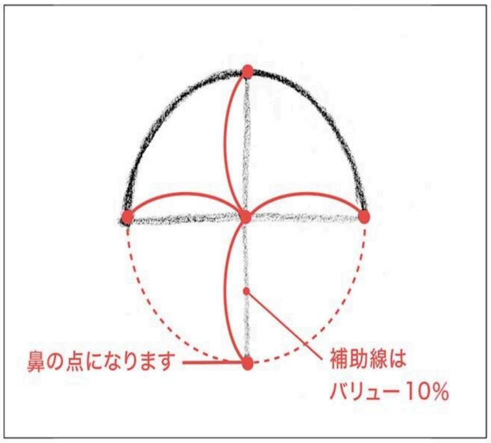
基本の比率を使って、正面向きの顔を描きましょう。

輪郭を描く

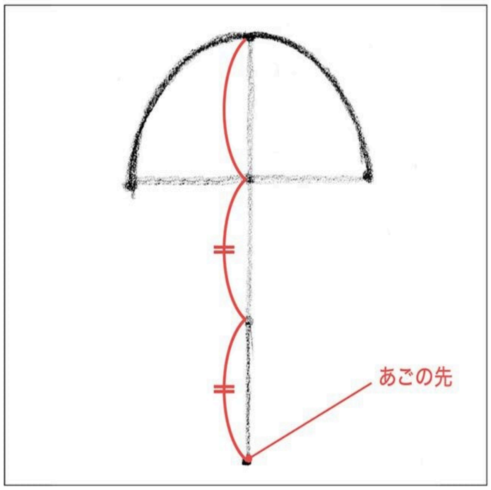


▲正面から見た顔の縦横比は3：2なので、
正円の補助線を使って形を描いていきます

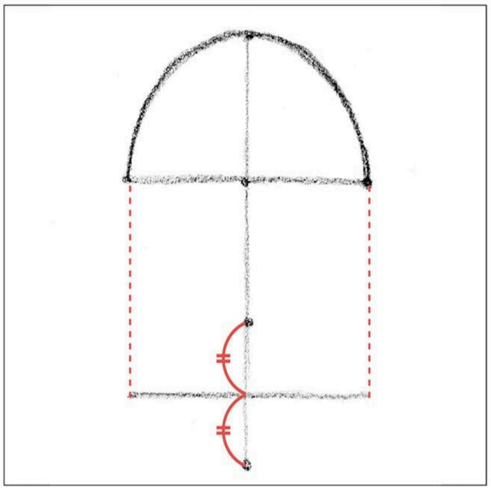
1 24～25ページを参考に、補助線を使って正円の上半分まで描きます。



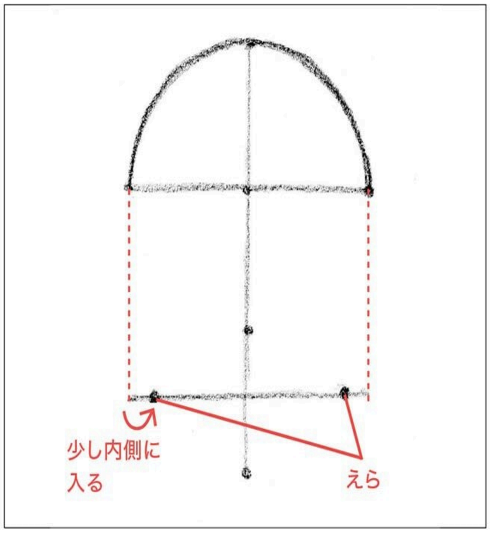
2 縦線を円の半径分下に伸ばし、先端にあごの先の目安となる点を描きます。



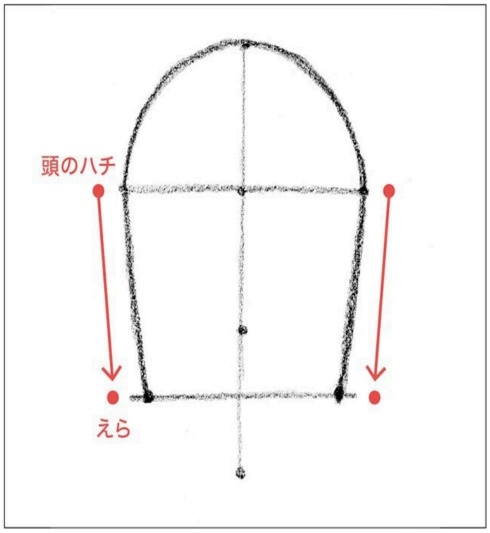
3 2で描いた線の中心を通る横線を、円と同じ幅で描きます。



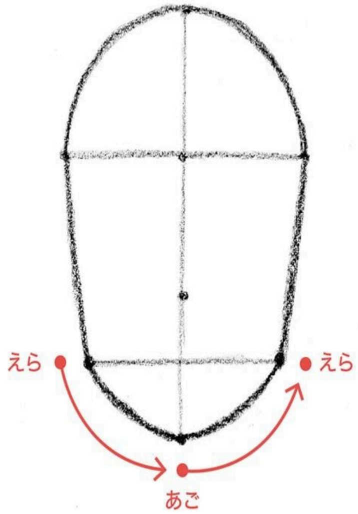
4 3で描いた横線の端（はし）より内側に、えらの目安となる点を描きます。



5 半円の両端（りょうたん）（頭のハチ）と、えらの点をつなぎます。

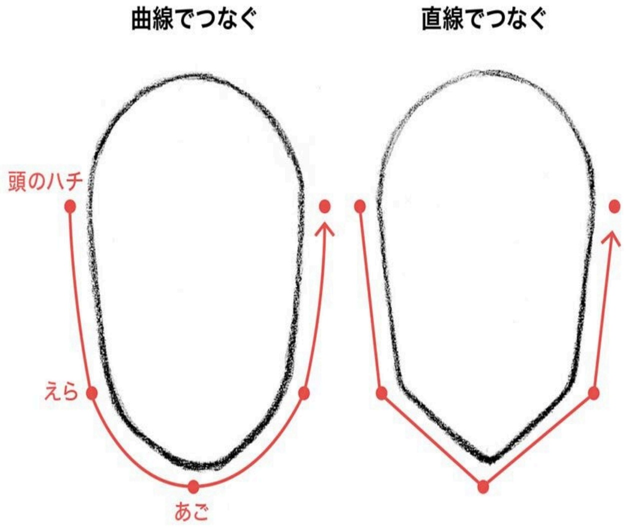


完成 えらの点と、あごの先を曲線でつなぎます。はみだした線を消しゴムで消したら完成です。



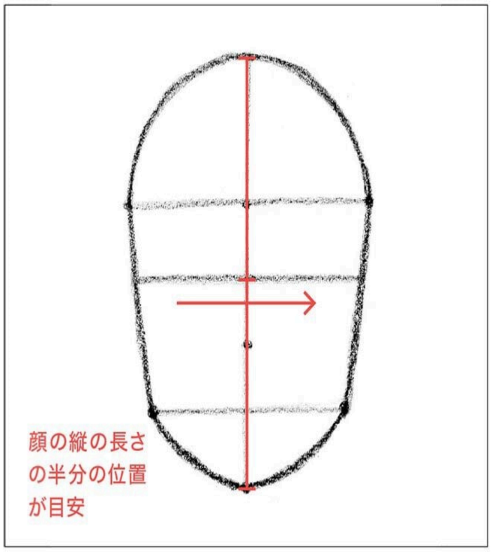
やってみよう

頭のハチ、えら、あごの点をつなぐ線を変えると、いろいろな形の顔を描けます。

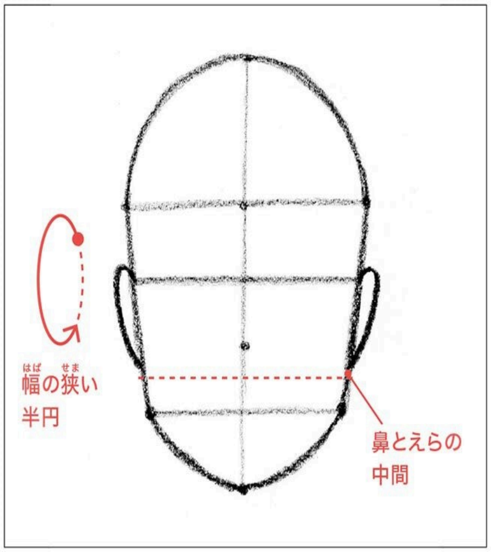


耳と首を描く

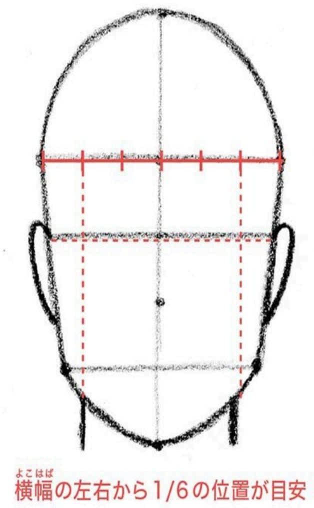
1 耳のつけ根の補助線として、顔の長さの半分の位置に横線を引きます。



2 **1**で描いた線の端から、耳の形を描きます。

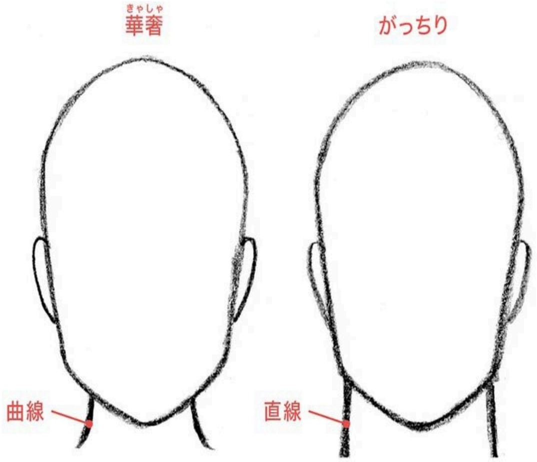


完成 首を描いたら完成です。



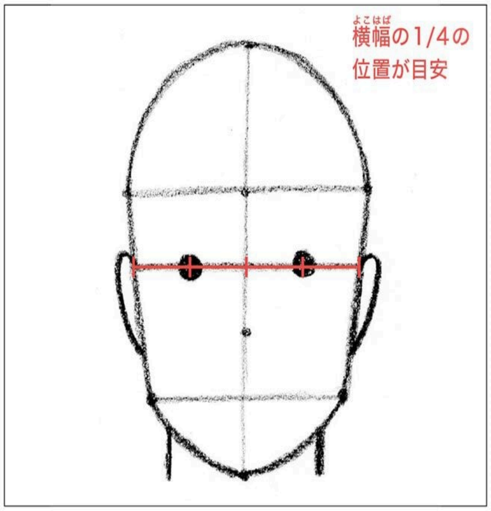
やってみよう

首の太さや線を変えると、いろいろな体型を描くことができます。

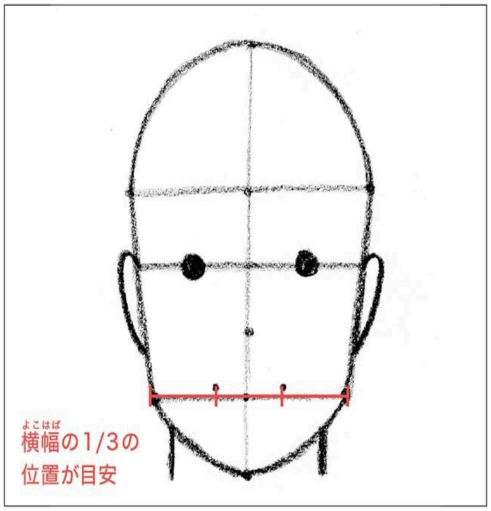


目鼻口を描く

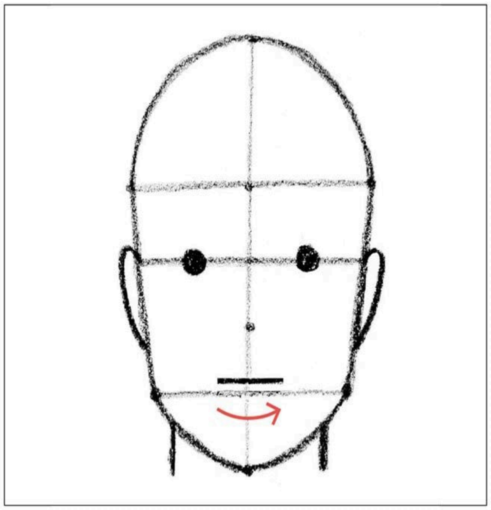
1 耳の補助線を4等分した位置を目安に黒目を描きます。ここではシンプルに黒丸で表します。



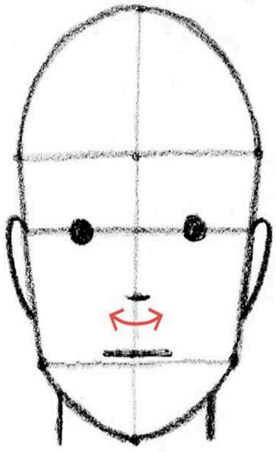
2 えらの補助線の1/3の位置のやや上に点を描きます。この点が口角(こうかく)（口の端(はし)）になります。



3 2で描いた点同士を線でつなぎます。これが口を閉じたときの線になります。ここではシンプルに横線で表します。

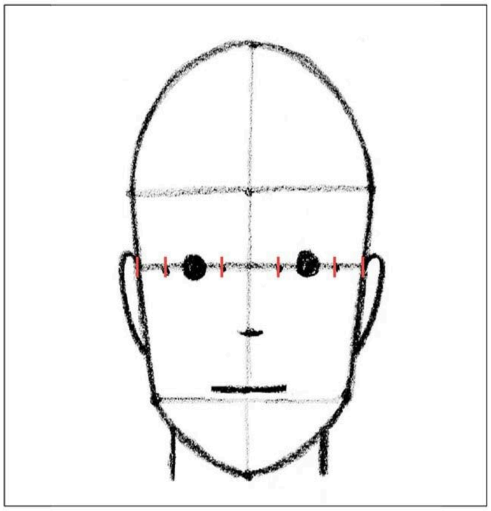


完成 鼻の点を左右に伸(の)ばして、鼻を描きます。ここではシンプルに横線で表します。



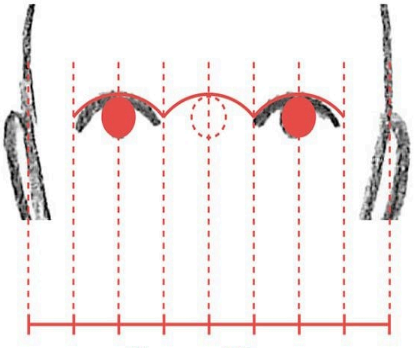
まぶた、まゆ、髪の毛を描く

1 練習のコツを参考に、目頭（めがしら）と目尻（めじり）の点を描きます。

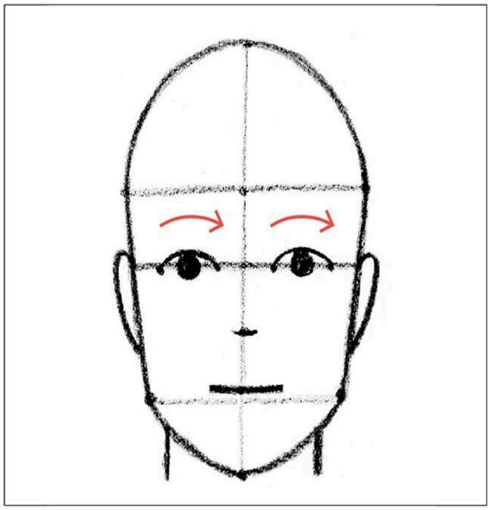


練習（れんしゅう）のコツ

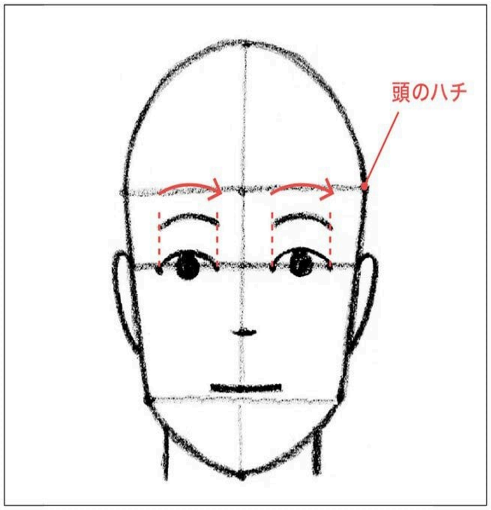
目の幅（はば）は顔の幅（はば）の約1/4です。目と目の間にもう1つ、目が入る程度になります。大きさを確認してみましょう。



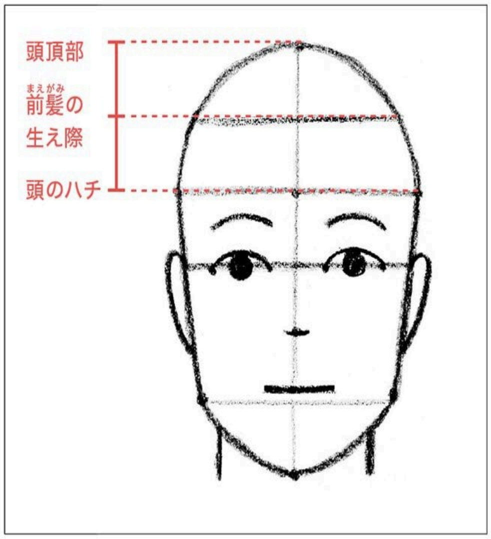
2 目頭（めがしら）と目尻（めじり）の点を弧（こ）でつないでまぶたを描きます。ここではシンプルに上まぶたの線だけで表します。



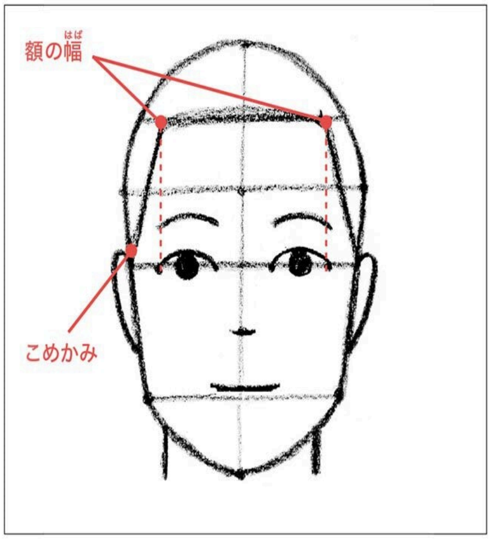
3 頭のハチと上まぶたの間に、まゆ毛を描きます。まぶたの幅（はば）で、まぶたの丸みと同じように描くとよいでしょう。



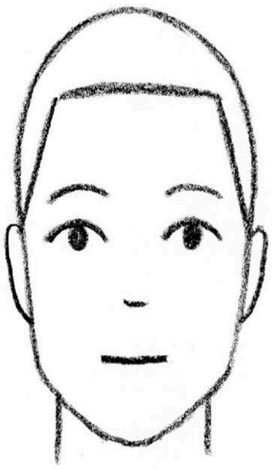
4 前髪の生え際の線を描きます。頭頂部と頭のハチの中間を目安に横線を描きましょう。



5 目尻の位置を目安に額の幅に点を描き、こめかみをつないで、髪の毛の生える部分の形を描きます。

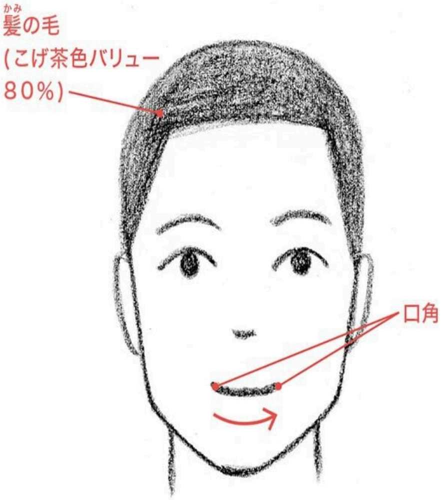


完成 補助線を消して、曲線をなじませたら完成です。



やってみよう

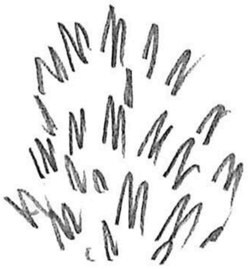
髪の毛の部分をバリュー80%で描くと、坊主頭を描くことができます。また、口角を曲線でつなぐと、微笑んだ顔を描くことができます。



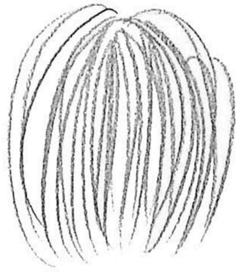
03 Work 線で音や手触りを表現しよう

「つんつん」「サラサラ」「ふわふわ」といったオノマトペを線で表現してみましょう。

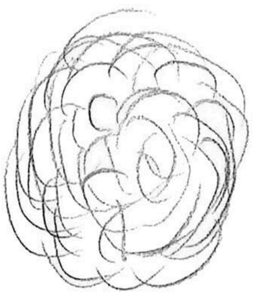
「オノマトペ」とは、音や感触を言葉で表したものです。下の例を参考にしながら、思い浮かぶ音や質感を自由に描いてみましょう。オノマトペの練習をすることで表現の幅がグンと広がります。



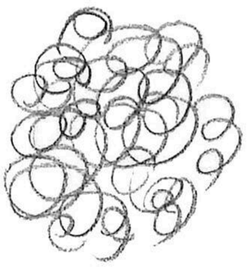
つんつん



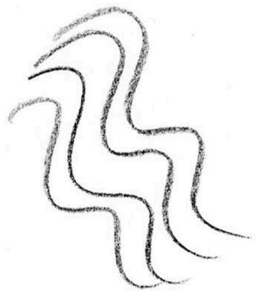
サラサラ



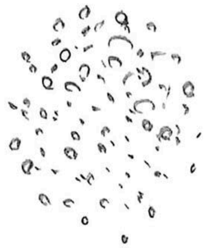
ふわふわ



もじゃもじゃ



ゆらゆら



つぶつぶ

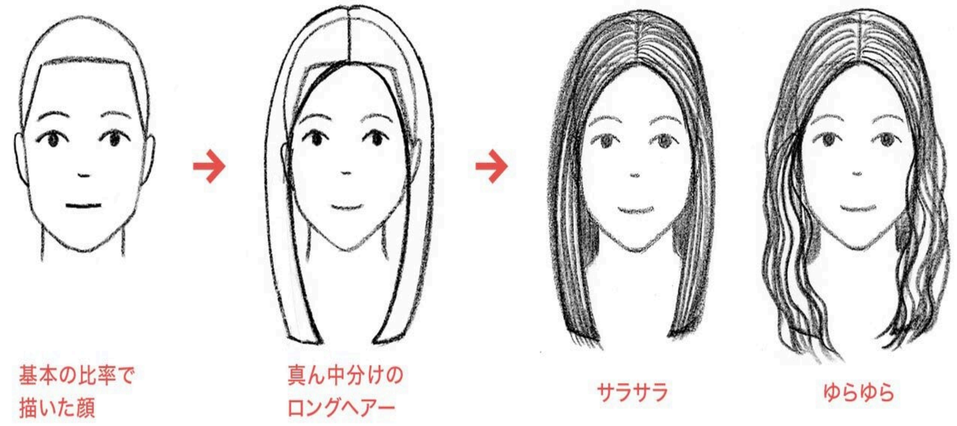
それぞれのオノマトペから受ける感触の違いを、思い浮かんだ最も伝わると感じる線で描いてみましょう。質感に合わせて、線を描くときの速度や強さ、太さなどを工夫してみましょう。

04 線で髪(かみ)の毛を描こう

Work

オノマトペを意識した線で描くことで、髪(かみ)の毛の感触を表現できます。

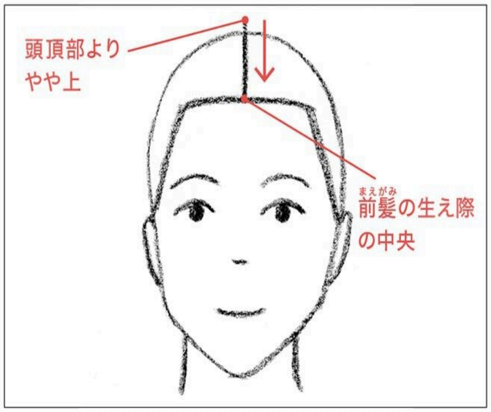
シンプルに描いた髪型(かみがた)の上に、オノマトペの線を重ねて、髪(かみ)の毛を描いてみましょう。



髪型(かみがた)を描く

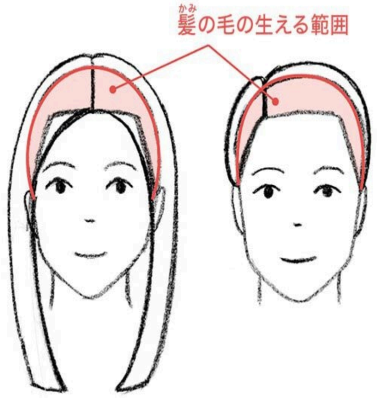
ここでは真ん中分けのロングヘアーを描きます。

1 40ページを参考に、顔を描いておきます。まずは、分け目を描きます。頭頂部のやや上から前髪(まえがみ)の生え際の中央まで縦線を描きます。



練習(れんしゅう)のコツ

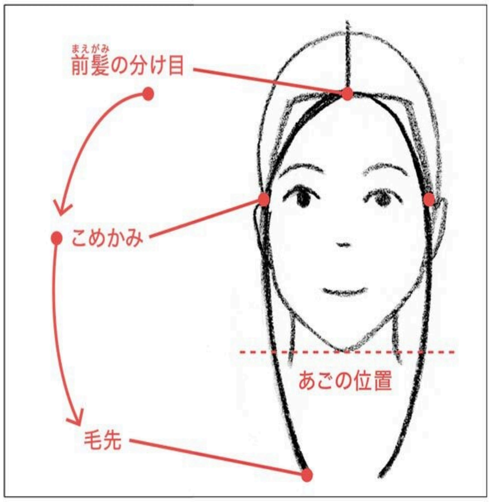
坊主以外の髪型(かみがた)を描くときは、坊主頭よりひと回り大きく描くことで、髪(かみ)の毛のボリュームが表現できます。

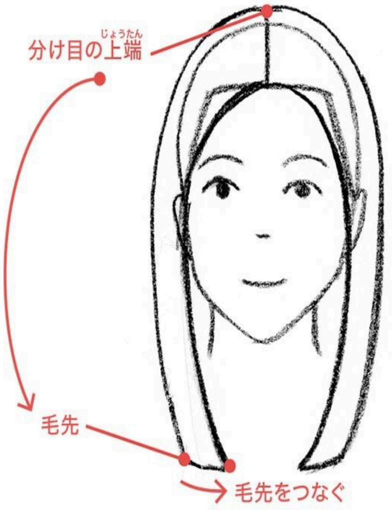


第2章 顔を描こう

2 前髪（まえがみ）を描きます。額にある分け目から、こめかみの点を通って、左右に曲線を描きましょう。あごより下に毛先を描くことでロングヘアーになります。

完成 分け目の上端（じょうたん）から毛先に向かって、頭の丸みを意識しながら毛先まで線をつなぐと、髪型（かみがた）の完成です。





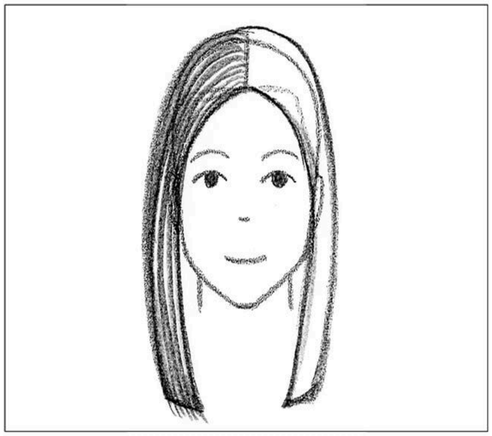
バリューを描く

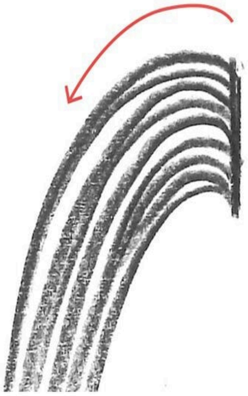
ここではサラサラのストレートヘアーを描きます。

1 前髪（まえがみ）の分け目（生え際）から左の毛先に向かって、曲線を描きます。何本か描いて髪（かみ）の毛らしく表現しましょう。

練習（れんしゅう）のコツ

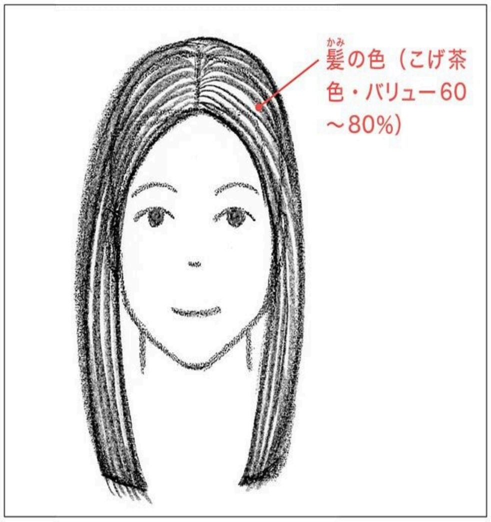
分け目の毛を描くときは、丸みのある線で描くと、ふっくらと盛り上がった生え際として描けます。

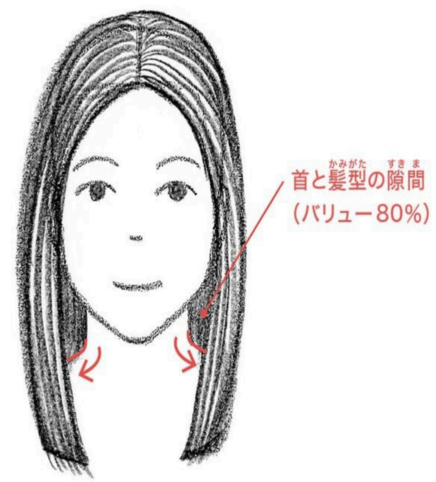




2 右側も同様に、分け目の線から毛先までの曲線でバリューを描きます。全体が黒っぽく見えるまで線で埋めましょう。

完成 首の線を曲線で延長して、首と髪型の隙間にバリューを描いたら完成です。



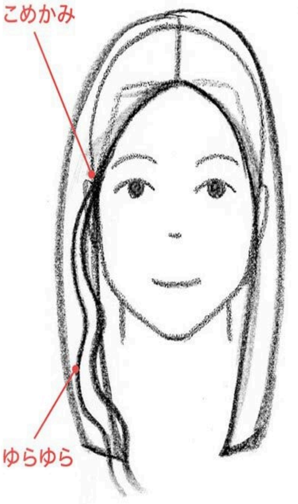


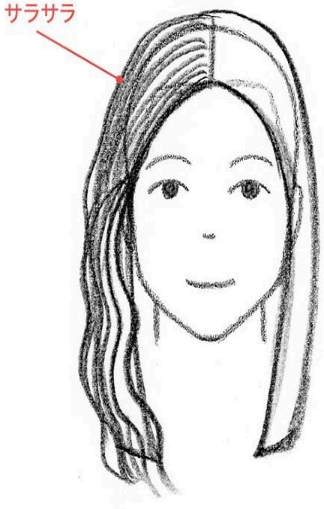
やってみよう 耳（こめかみ）から下を波線で描けば、ウェーブヘアーになります。

1 こめかみから下の曲線を波線で描きます。

2 オノマトペの線でバリューを描いていきます。

完成 髪の毛全体にバリューを描いたら完成です。

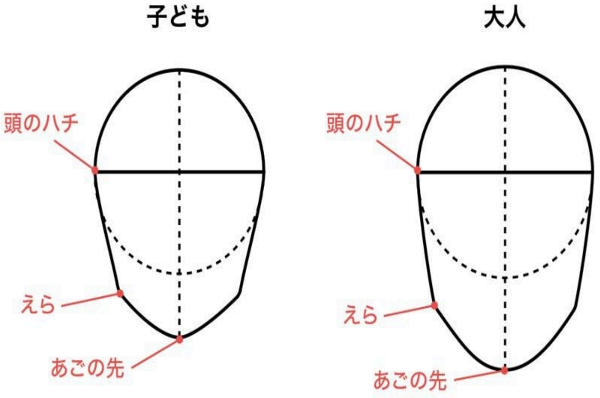




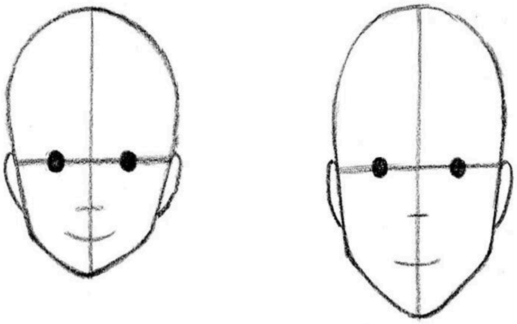
05 Study 子どもの顔の形をとらえよう

大人の顔の骨格との違いに注目してみましょう。

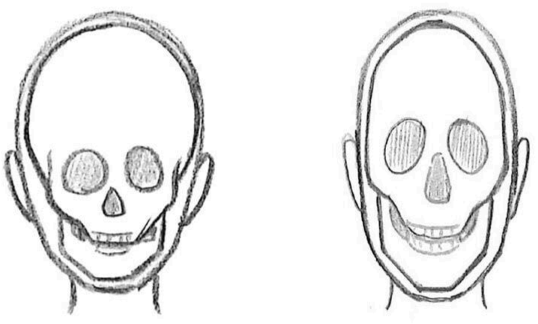
大人と子どもの顔の比率を知ろう



子どもと大人の顔を比べてみると、頭のハチをつないだ丸い形はほぼ同じですが、えらとあごの先をつないだ五角形の部分の大きさが違うことがわかります。



この構造さえわかれば、細かな表情まで描かなくても年齢を伝えられます。



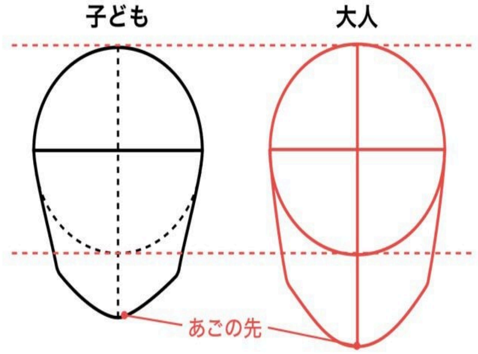
子どもから大人へと成長するにしたがい、あごの骨が発達していくので、頭とあごの2つの骨の比率が変化していきます。子どもの顔は、あごが未発達なので、まん丸に近い形なのです。

06 子どもの顔を描こう

Work

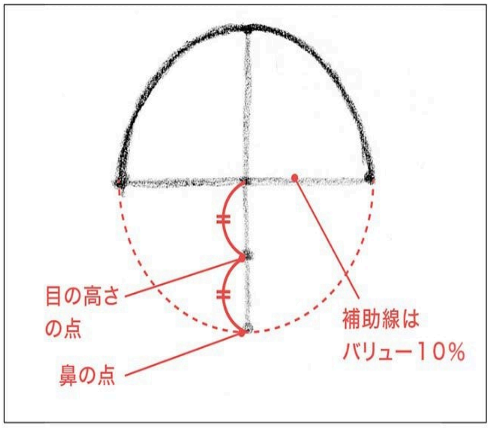
大人の顔の描き方を応用して、10歳くらいの子どもの顔を描きましょう。

輪郭を描く

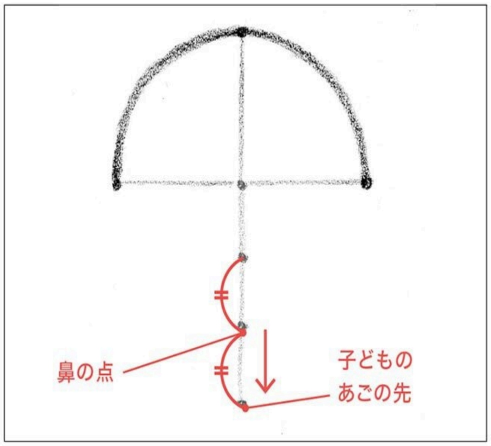


▲大人と子どもではあごの先の位置が違います。あごの縦の長さを短くして、子どものあごの形を描いていきましょう。

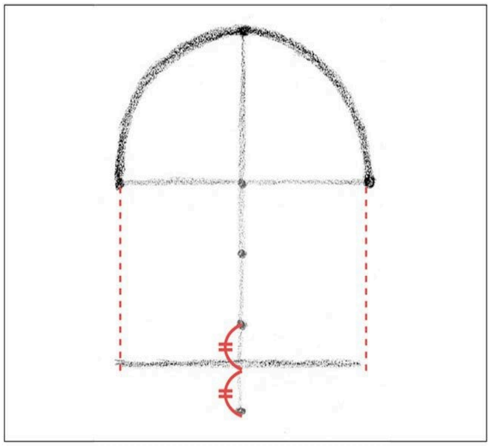
1 24～25ページを参考に、正円の上半分まで描きます。下に出ている線の半分が目の位置、先端を鼻の位置とし点を描きます。



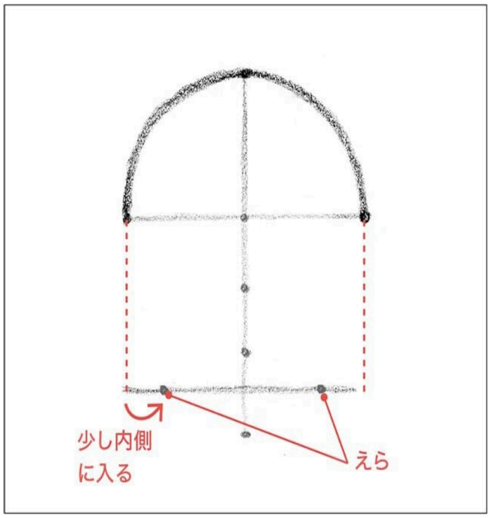
2 縦の補助線を半径の半分の長さ分延長して、あごの先の目安となる点を描きます。



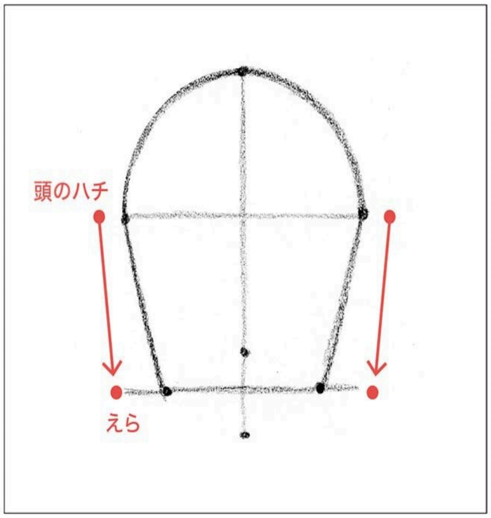
3 2で描いた線の中心を通る横線を、円と同じ幅で描きます。



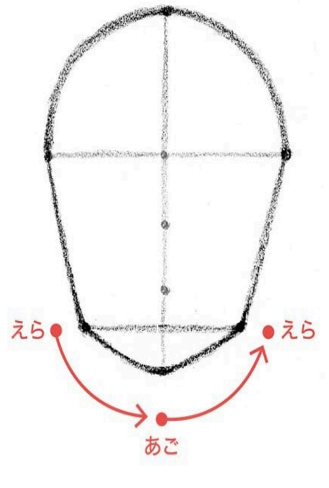
4 3で描いた横線の端(はし)より内側に、えら位置の目安となる点を描きます。



5 半円の両端(りょうたん)（頭のハチ）と、えらの点をつなぎます。

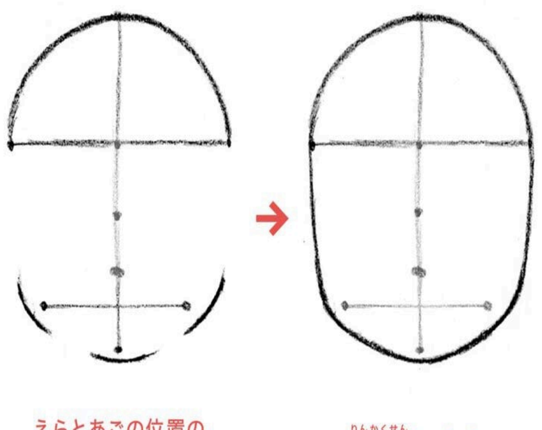


完成 えらの点と、あごの先を曲線でつなぎます。はみだした線を消しゴムで消したら完成です。

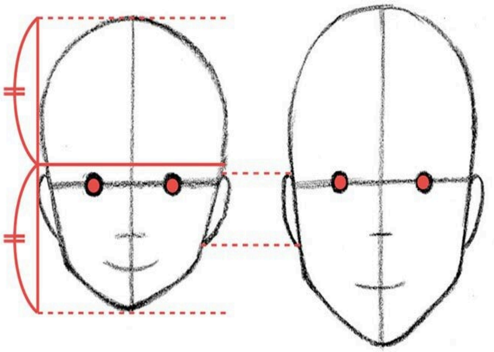


やってみよう

えらやあごの肉づきをよくすることで、ふっくらとした子どもの顔を描くことができます。

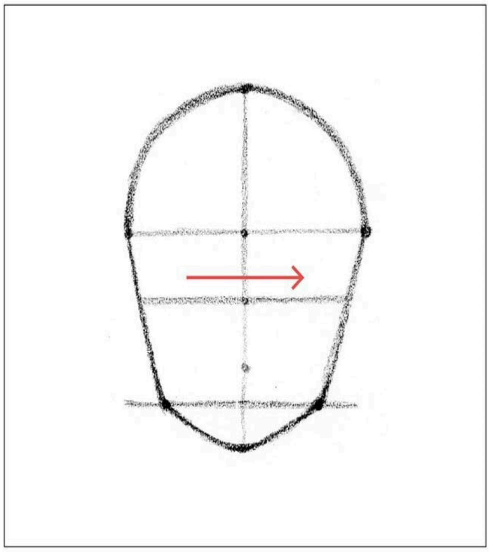


耳と首を描く

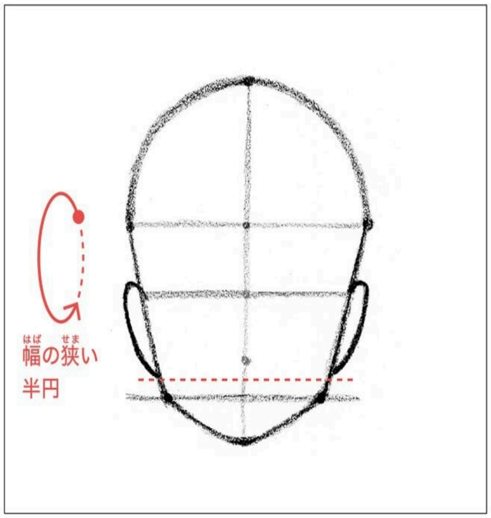


▲大人と子どもでは耳や黒目の大きさは、ほぼ同じです。あごが小さい分、子どもの耳や目は顔の中心より下寄りになります。配置に気をつけて描いていきましょう。

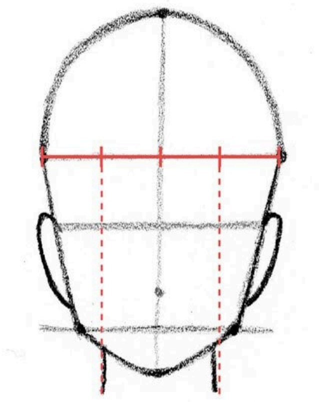
1 51ページの手順1で描いた、目の高さの点を通る横線を描きます。



2 1で描いた線の端から、耳の形を描きます。

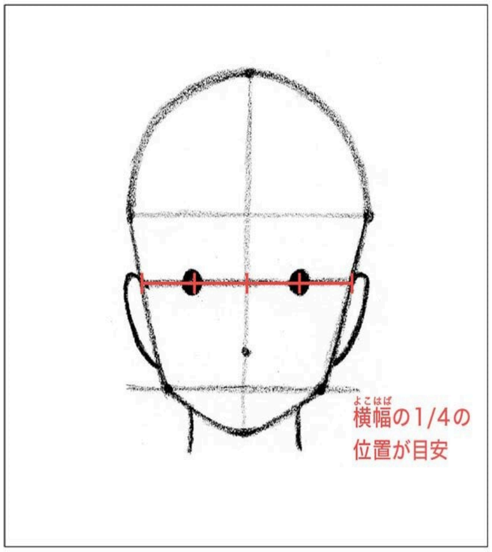


完成 首を描いたら完成です。

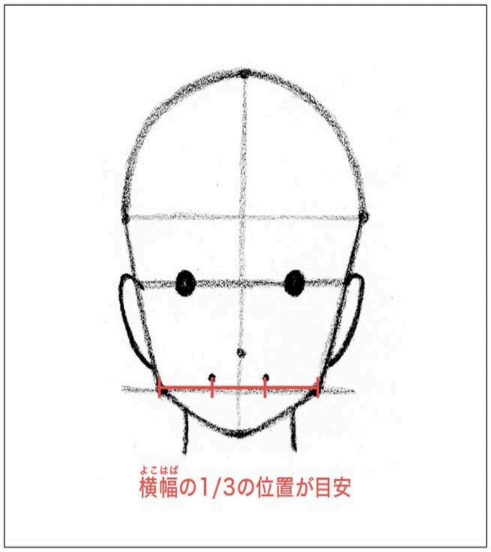


目鼻口を描く

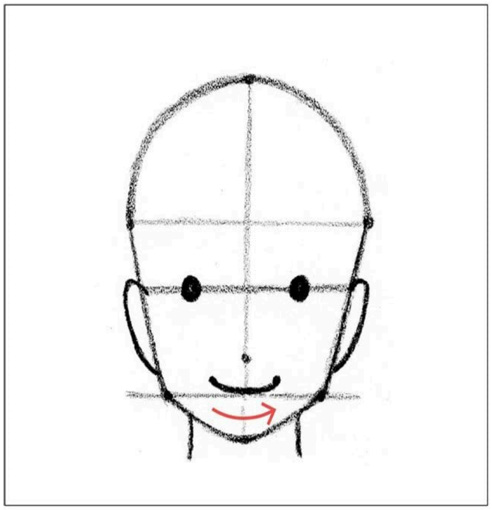
1 黒目を描きます。ここではシンプルに黒丸で表します。



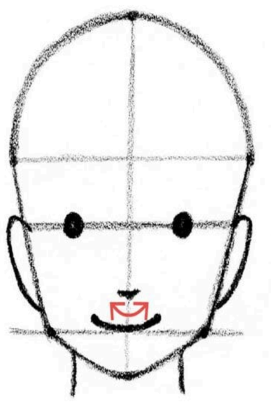
2 口を描きます。えらの補助線の1/3の位置に口角の点を描きます。



3 2で描いた点同士を線でつなぎます。曲線でつなぐと微笑んだ顔を描くことができます。



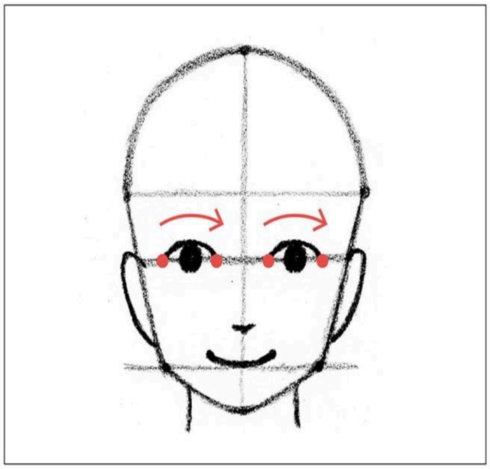
完成 鼻の点を左右に伸ばして、鼻を描きます。ここではシンプルに横線で表します。

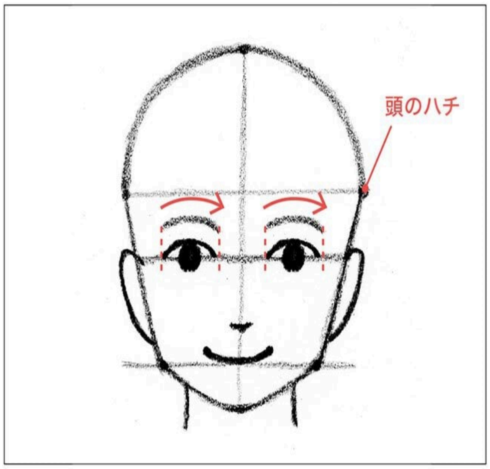


まぶた、まゆ、髪（かみ）の毛を描く

1 目頭と目尻（めじり）の点を弧（こ）でつないでまぶたを描きます。ここではシンプルに上まぶたの線だけで表します。

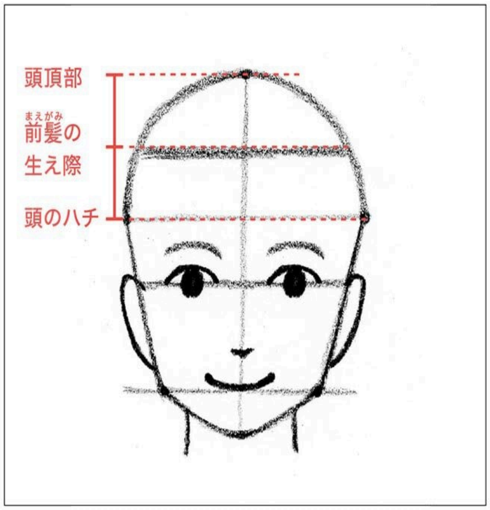
2 頭のハチと上まぶたの間に、まゆ毛を描きます。まぶたの幅（はば）で、まぶたの丸みと同じように描くとよいでしょう。

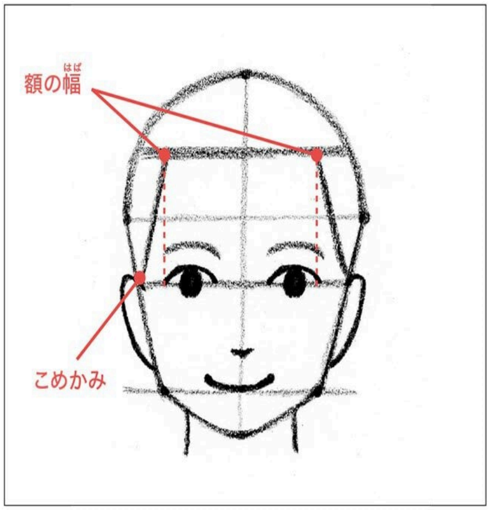




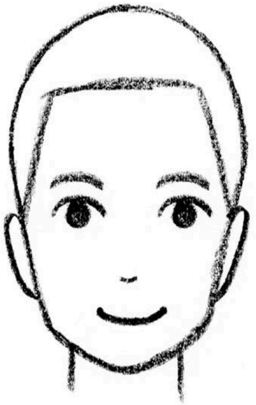
3 前髪（まえがみ）の生え際の線を描きます。頭頂部と頭のハチの中間を目安に横線を描きます。

4 目尻（めじり）の位置を目安に額の幅（はば）に点を描き、こめかみをつないで、髪（かみ）の毛の生える部分の形を描きます。



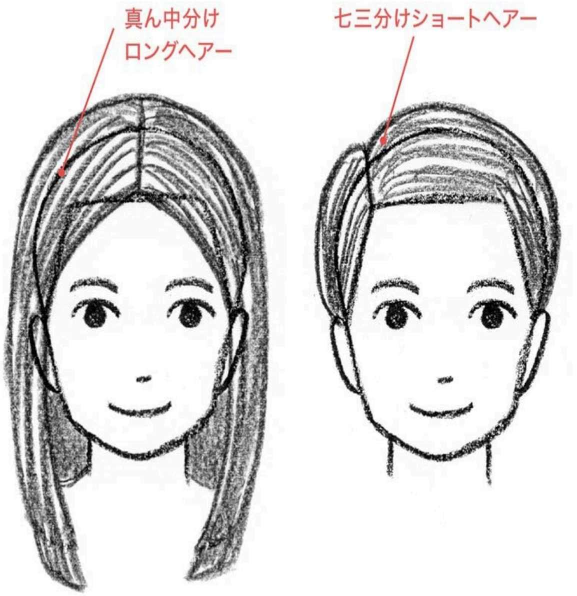


完成 補助線を消したら、完成です。

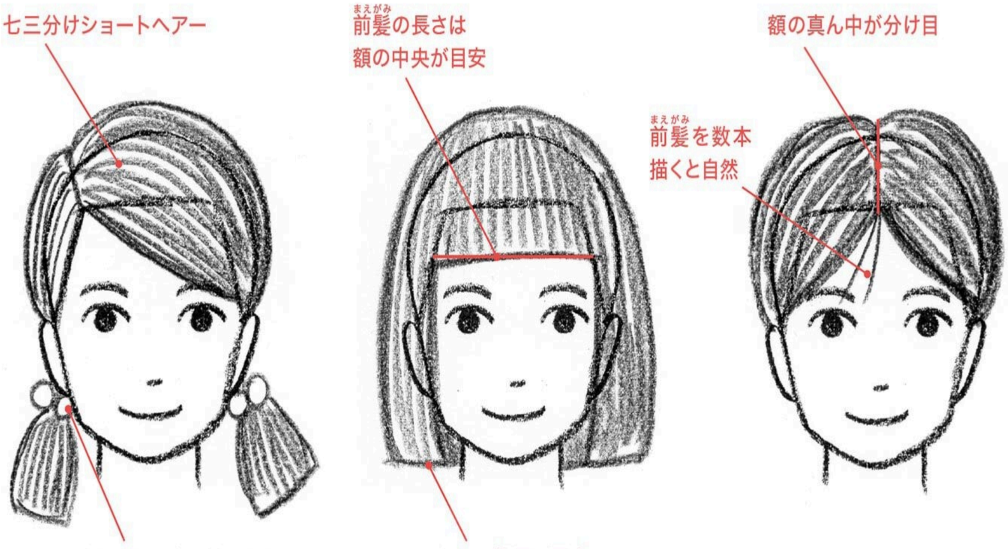


やってみよう

47～49ページを参考に、髪の毛を描いてみましょう。



やってみよう いろいろな髪型を描いてみましょう。



07 Study

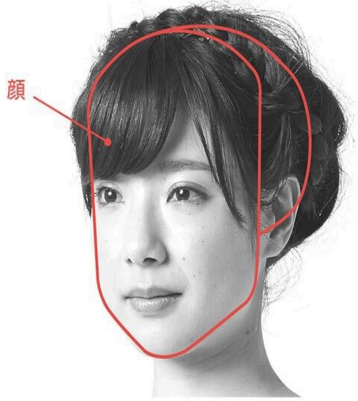
顔の向きをとらえよう

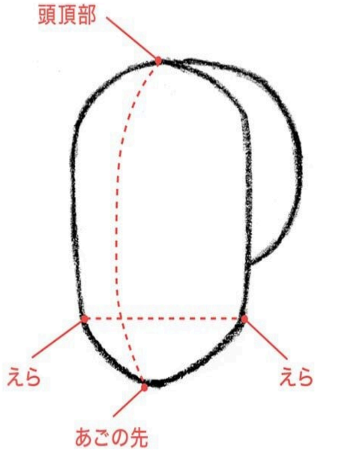
顔と後頭部の見え方や比率、正中線の変化に注目して、顔の向きをとらえてみましょう。

顔と後頭部をシンプルな形でとらえる

顔と後頭部の形をシンプルにとらえれば、顔の向きを伝えられます。頭頂部から耳の前側を通って、あご先までをつないだ線で、顔と後頭部を分けて見てみましょう。

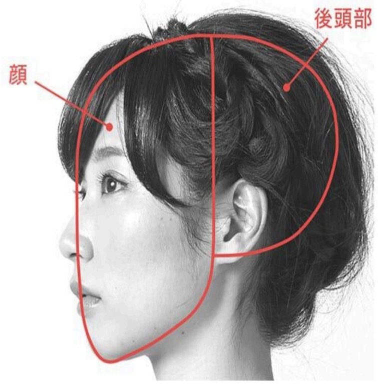
斜め向きの顔

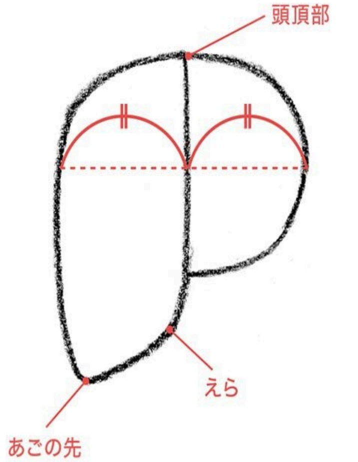




▲右斜め前を向いた顔は、顔の左側が大きく見える。正面向きの顔と比べ後頭部が少し見えるようになる

横向きの顔



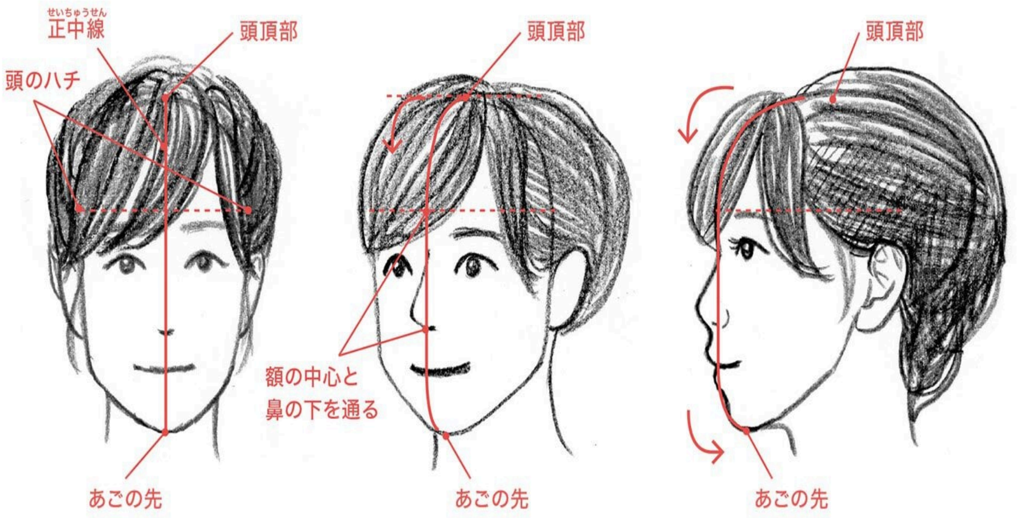


▲横向きの顔は、顔の幅と後頭部の幅がほぼ同じ幅で見える。顔の右側が見えなくなる

顔の正中線をとらえる

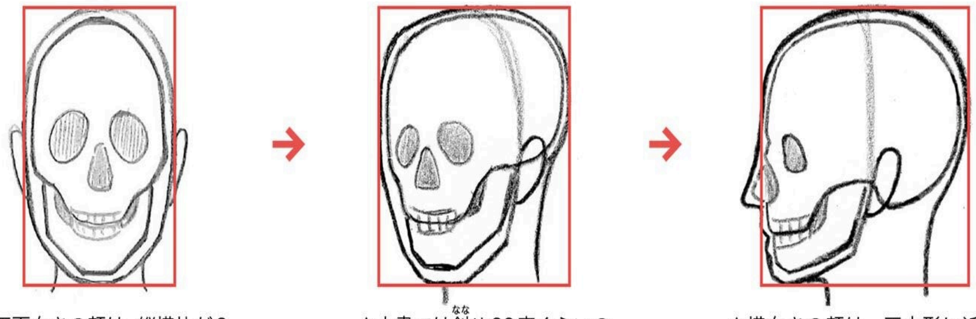
頭頂部からあご先にかけて顔の表面を通る線を、正中線といいます。鼻やくちびるなどの細かな凹凸を気にせずにシンプルな線でとらえてみましょう。正面向きの場合は直線ですが、横を向くほど顔の輪郭に沿った曲線になります。

正面向きの顔　**斜め向きの顔**　**横向きの顔**



顔の縦横の比率の変化

人体比率にもとづいた顔の縦横比率は、正面では3対2の長方形、横顔になるほど正方形に近くなります。正面から横顔に向きを変える場合、少しずつ横幅が増していきます。



▲正面向きの顔は、縦横比が3対2程度の長方形

▲本書では斜め30度くらいの角度を描く。正面と横顔の中間くらいの比率でとらえよう

▲横向きの顔は、正方形に近くなる

08

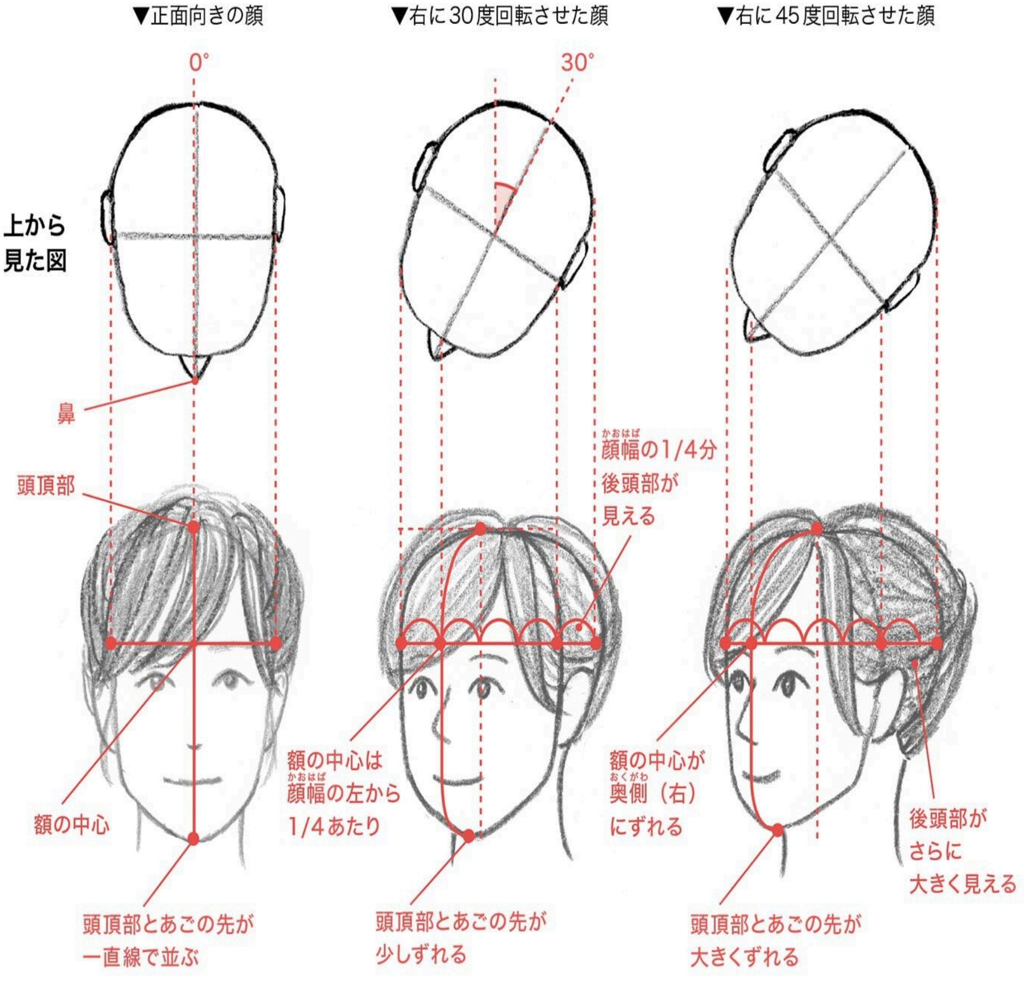
Work

斜め向きの顔を描こう

正面向きの顔を応用して、斜め向きの顔を描きましょう。

バランスを取りやすい角度を描く

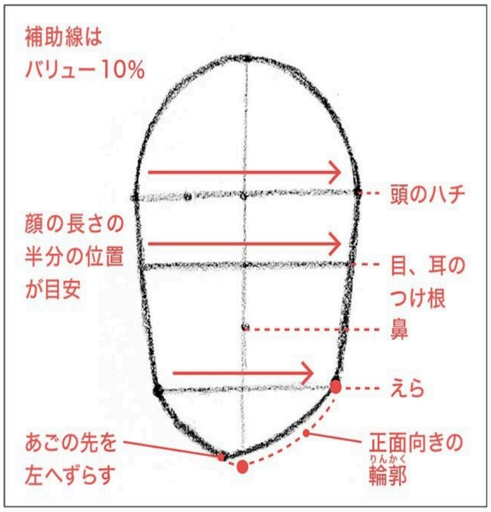
頭頂部を軸にして回転させていくと、奥側の形が小さく、手前側の形が大きくなっていきます。また、頭頂部とあごの先のずれも大きくなります。ここでは、左右の大きさのバランスを取りやすく、頭頂部とあごのずれが少ない「（モデルから見て）右に30度回転させた顔」を描いてみましょう。



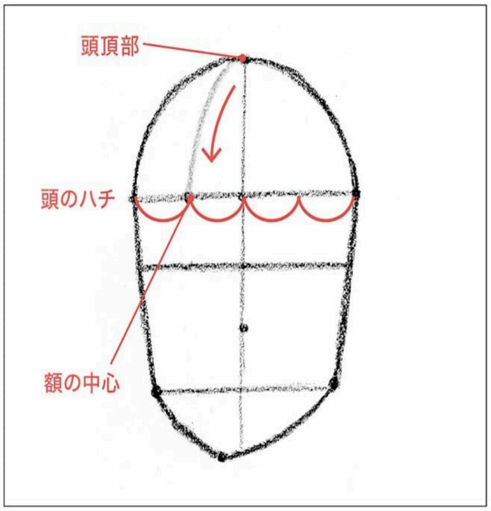
第2章 顔を描こう

右30度を向いた顔の形を描く

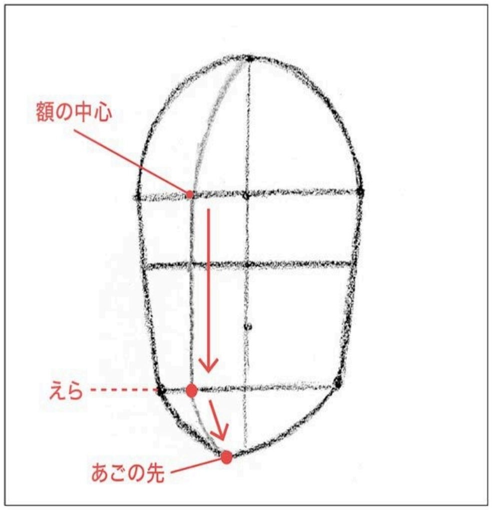
1 40～41ページを参考に、正面向きの顔の輪郭を描いたら、あごの先を少し左にずらします。頭のハチ、目、えらの位置に補助線を描きます。



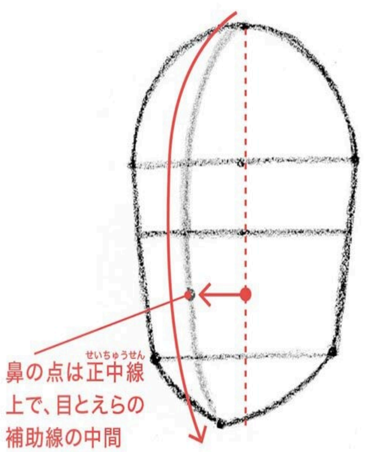
2 頭のハチの補助線の左から1/4の位置に額の中心の点を描き、頭頂部と額の中心を、ゆるやかな曲線でつないで額の正中線を描きます。



3 額の中心からえらの補助線まで縦線を描き、あごの先の点までつなぎます。



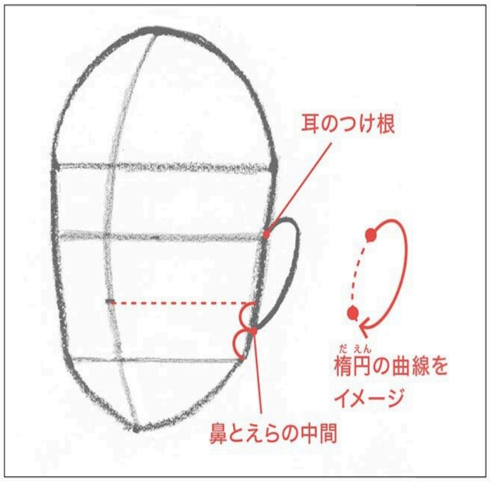
完成 手順2～3で描いた正中線を自然な曲線になるようになぞります。それから、下図の位置に鼻の点を描きます。

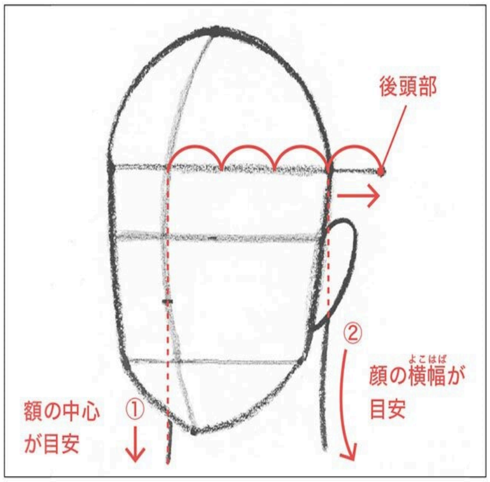


耳と首、後頭部を描く

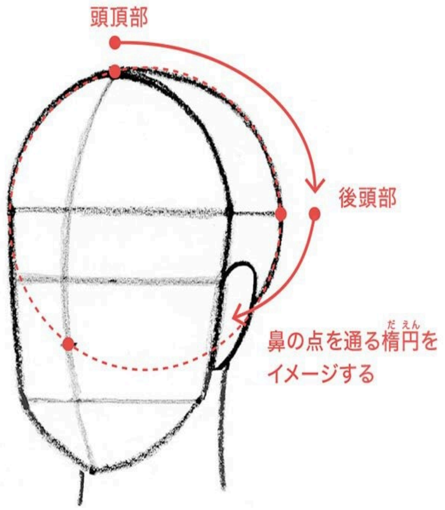
1 耳のつけ根から、鼻とえらの中間の位置まで耳を描きます。

2 図の①と②を参考に、首を描きます。それから、頭のハチの補助線を顔幅の1/4分右に伸ばした位置に、後頭部の点を描きます。



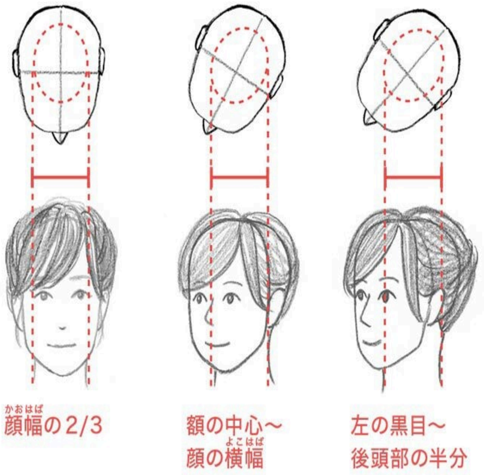


完成 頭頂部と後頭部を曲線でつなぎ、耳の後ろまで曲線を伸ばして、後頭部の形を描きます。線を整えたら完成です。



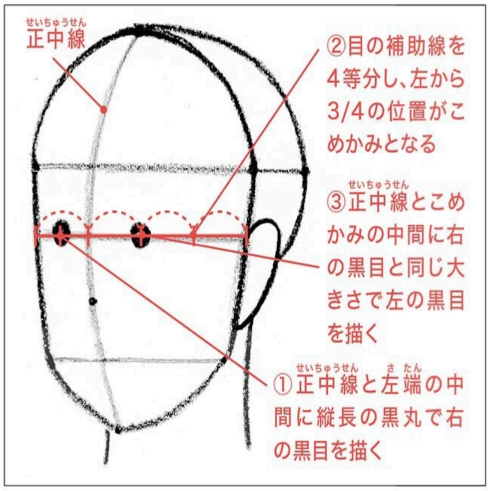
練習のコツ

首は、楕円形で後頭部寄りについています。角度によって、位置や太さが変わります。



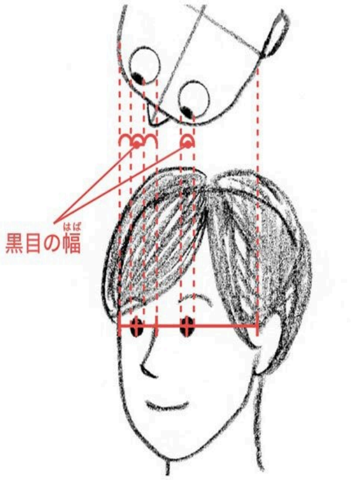
目鼻口を描く

1 目の補助線上に図の①〜③を参考に、左右の黒目を描きます。ここではシンプルに黒丸で表します。

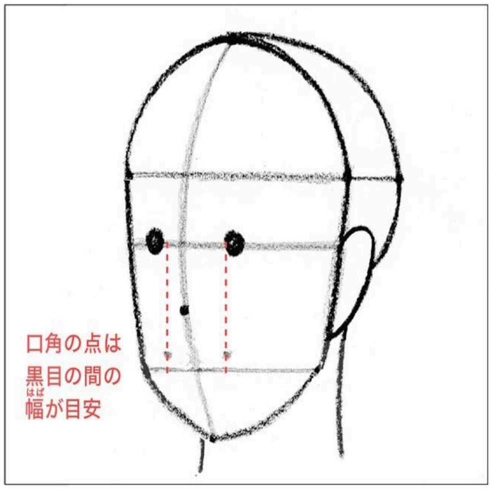


練習のコツ

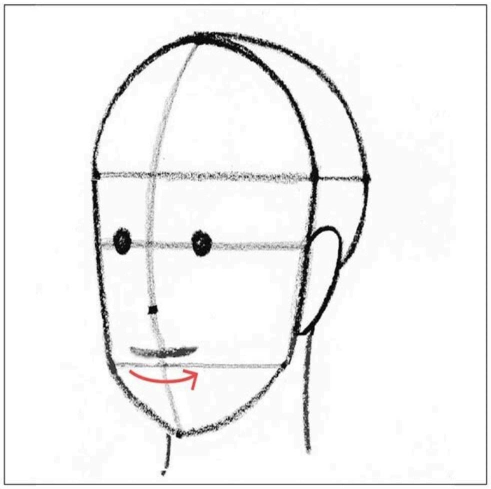
奥側の黒目は極端に小さくなるわけではありません。正中線から左端までの1/3程度の幅を目安に左右を同じ大きさで描きましょう。



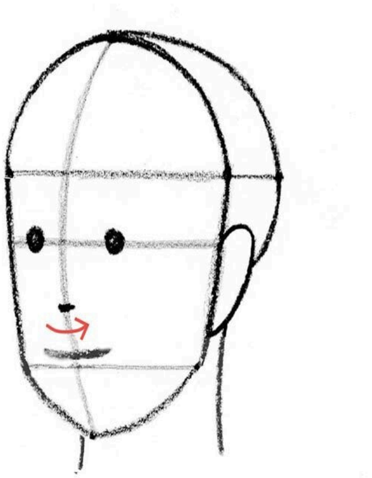
2 黒目の間の幅を目安に、えらの補助線のやや上に口角の点を描きます。



3 **2**で描いた点同士を線でつなぎます。これが口を閉じたときの線になります。曲線でつないで微笑んだ顔にします。

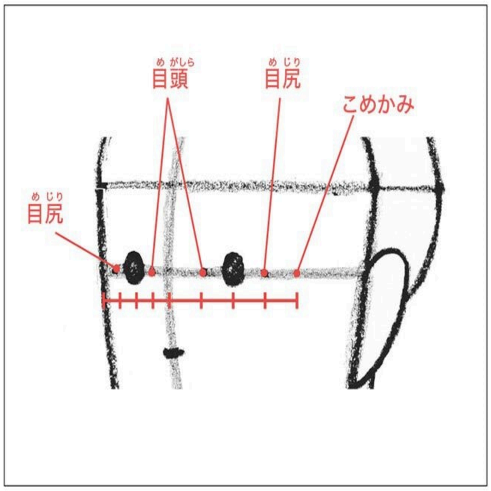


完成 鼻の点を左右に伸ばして、鼻を描きます。ここではシンプルに横線で表します。

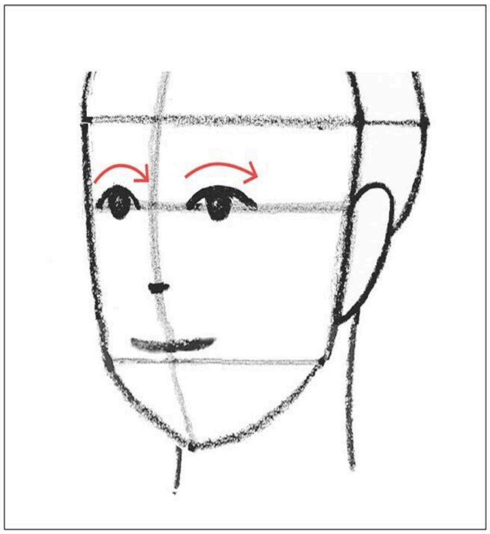


まぶた、まゆ、髪の毛を描く

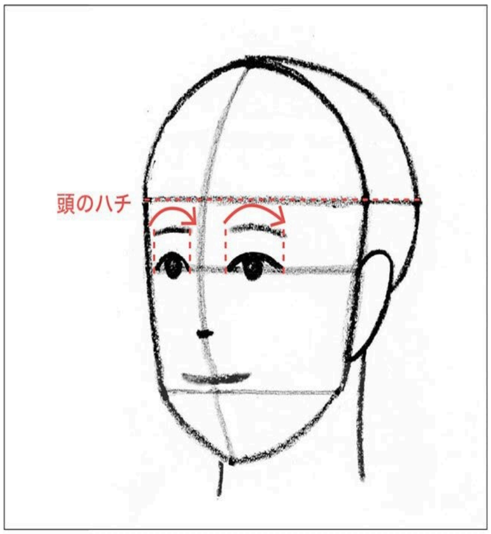
1 こめかみから正中線までを4等分する点を描きます。これが目頭と目尻の点になります。



2 目頭と目尻の点を弧でつないでまぶたを描きます。ここではシンプルに上まぶたの線だけで表します。

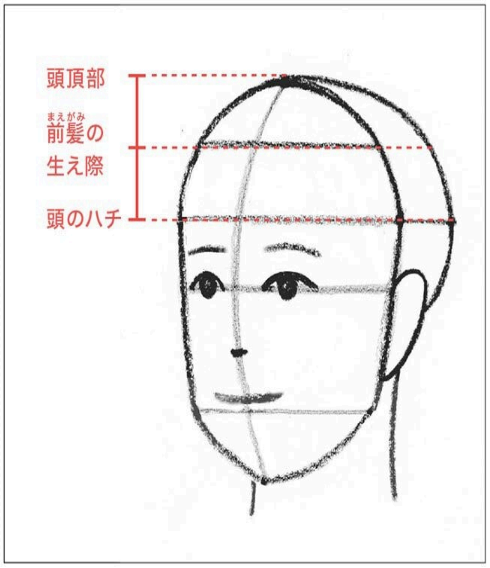


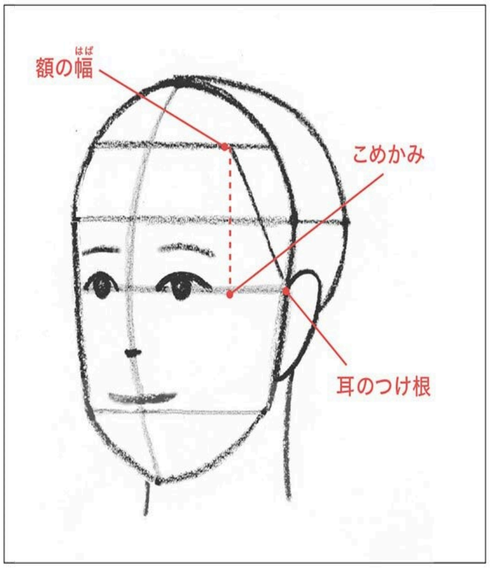
3 頭のハチと上まぶたの間に、まゆ毛を描きます。まぶたの幅で、まぶたの丸みと同じように描くとよいでしょう。



4 前髪の生え際の線を描きます。頭頂部と頭のハチの中間を目安に線を描きます。

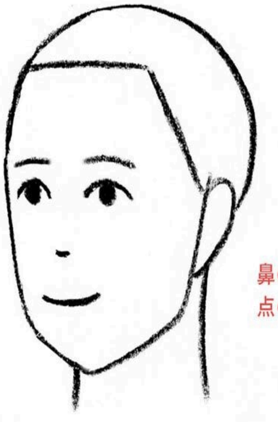
5 顔の左側のこめかみの位置を目安に額の幅から耳のつけ根までをつないで、髪の毛の生える部分の形を描きます。

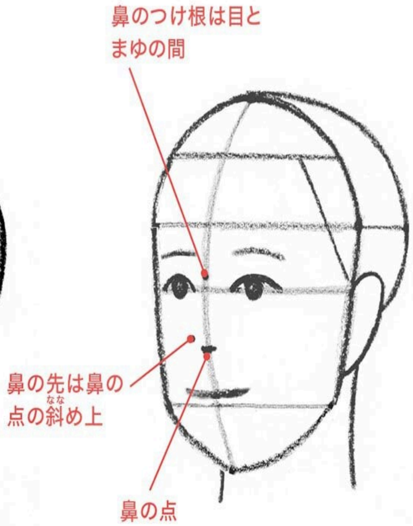




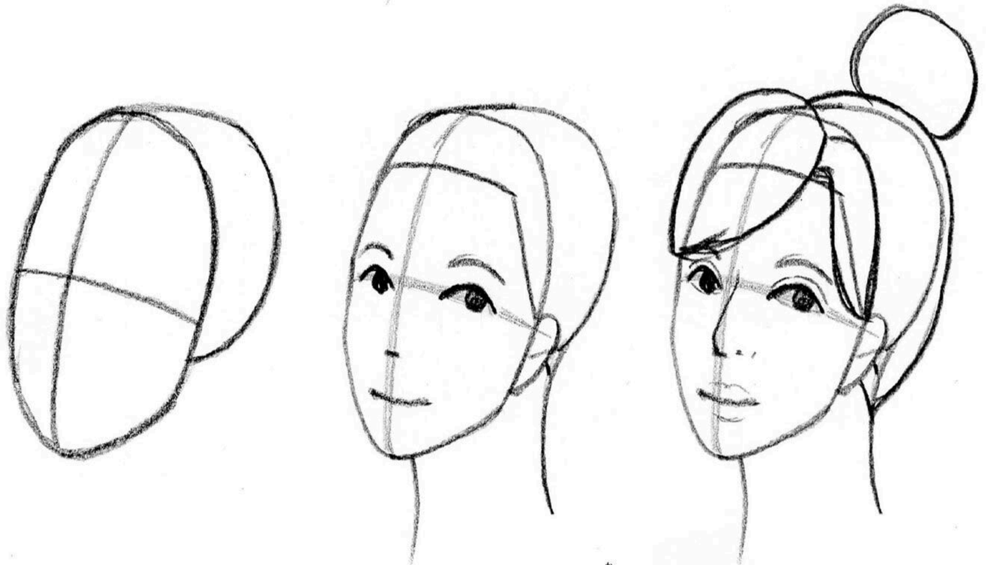
完成 補助線を消して、線を整えたら完成です。

やってみよう 鼻のつけ根と鼻先に点を描き、鼻の点とつないでより立体的な鼻の形を描いてみましょう。





やってみよう　シンプルな形に置き換(か)えて描いた絵をベースにして、顔のスケッチを描いてみましょう。



▲顔の形や目鼻口の形や配置を、シンプルな形に置き換(か)えて描き始めることで、
プロポーションが不自然にならずに描けます

09

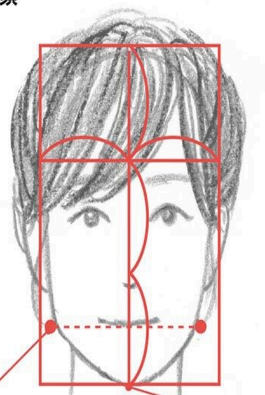
Work

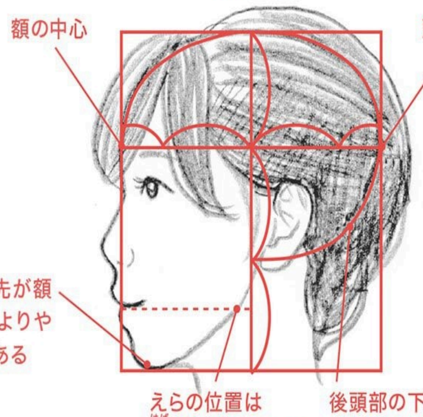
横向きの顔を描こう

正面向きの顔を応用して、横向きの顔を描きましょう。

顔と後頭部の形を描く

正面向きの顔と比べると、後頭部の奥行き分だけ横幅が左右に広くなります。幅の中心を境目に顔の側面と後頭部の形をとらえることで、バランスよく描けます。



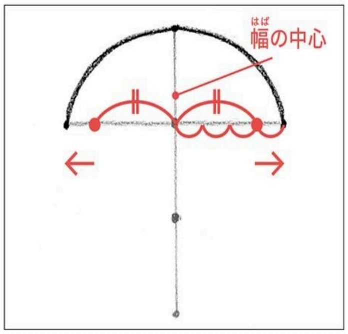


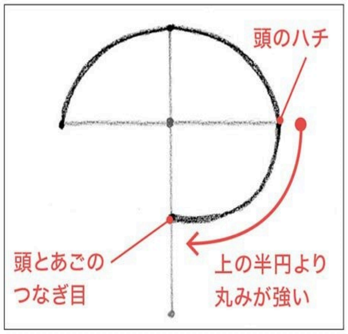
1 40ページの手順**2**の横線（頭のハチの補助線）を、半径の1/3ほど伸ばして、半円を描きます。

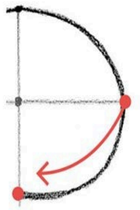
2 頭のハチと、頭とあごのつなぎ目を練習のコツを参考に曲線でつなぎます。

練習のコツ

頭のハチから頭とあごのつなぎ目まで、遠回りをするようなイメージで曲線を描きましょう。



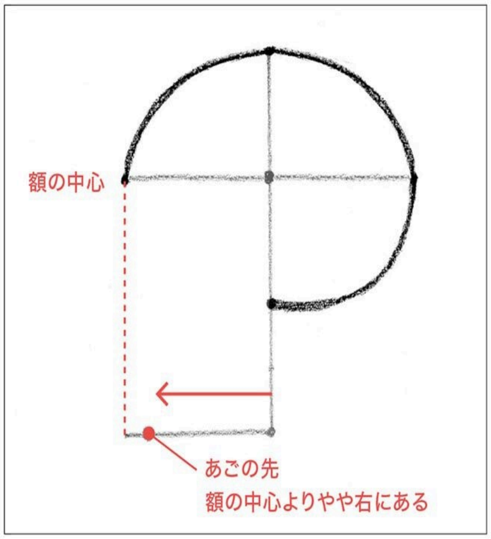


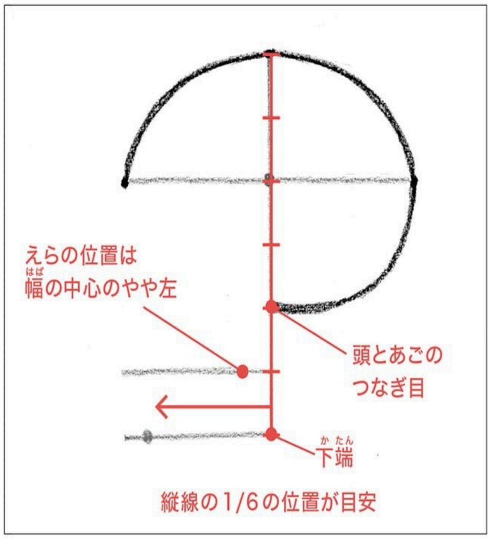


最短距離で描こうとすると丸みが弱くなる

3 補助線として縦線の下端(かたん)から、左に横線を描き、左のページの図を参考にしてあごの先の点を描きます。

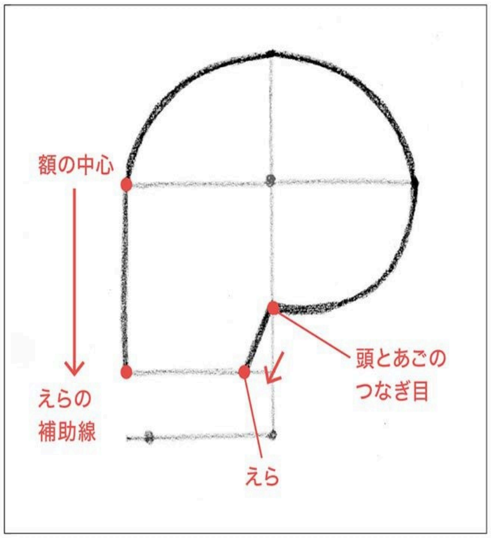
4 頭とあごのつなぎ目と下端(かたん)の真ん中の位置から左に横線を描き、左のページの図を参考にしてえらの点を描きます。

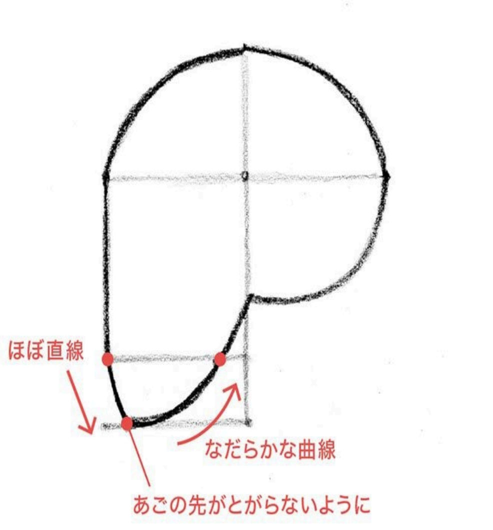




5 額の中心から、えらの補助線まで下方向に直線を描きます。また、頭とあごのつなぎ目とえらの点を直線でつなぎます。

完成 5で描いた線と、あごの先の点を線でつないだら完成です。

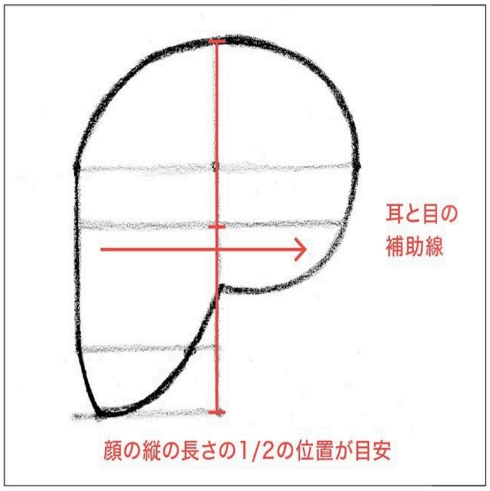


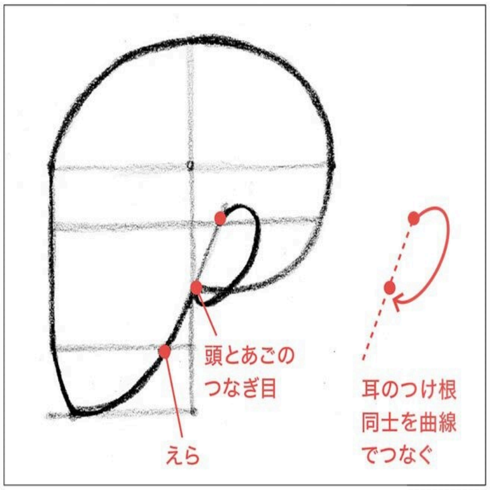


耳と首を描く

1 耳のつけ根の補助線として、顔の長さの半分の位置に横線を引きます。この線は目の補助線にもなります。

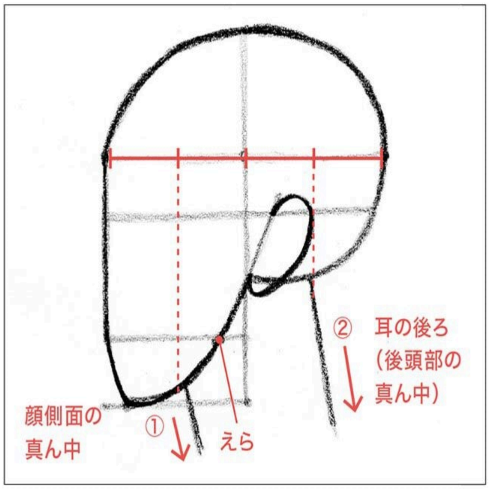
2 補助線としてえらと、頭とあごのつなぎ目をつなぐ線を延長します。**1**で描いた線と交わる点を上側の耳のつけ根として、耳を描きます。

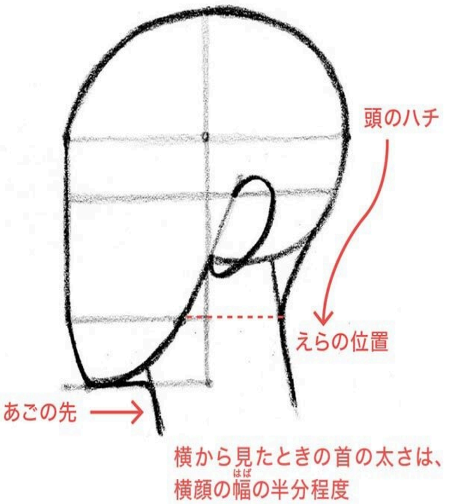




3 ①あごとえらの間、②耳のうしろあたりから、図の位置を参考に斜(なな)め線を描きます。これが首になります。

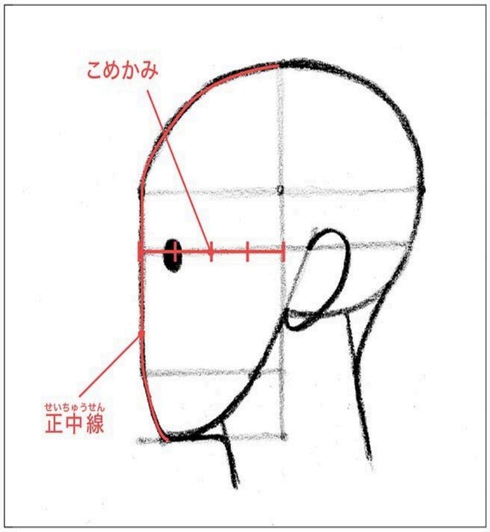
完成 あごの先と首、頭のハチとえらの位置を目安に、後頭部から首へかけて、なだらかな曲線でつないだら完成です。





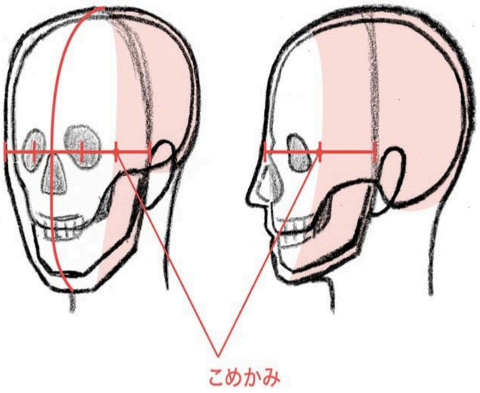
目鼻口を描く

1 目の補助線上に黒目を描きます。正中線とこめかみの中間に縦長の黒丸で表します。

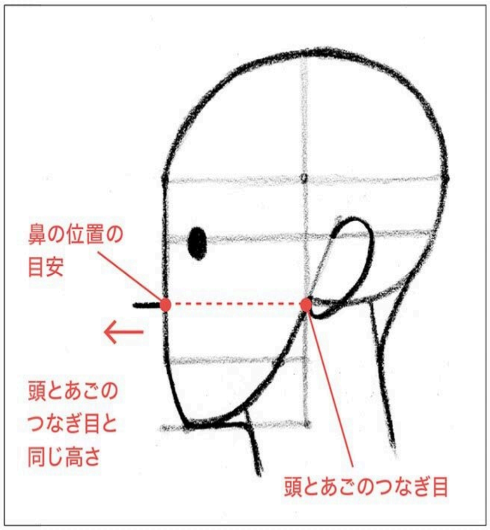


練習のコツ

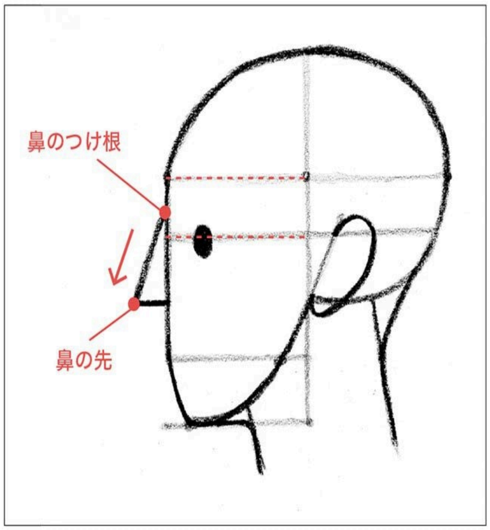
斜め向きの顔に比べると横向きの顔では、こめかみから耳のつけ根までが、さらに大きく見えます。正中線から幅の中心までの1/2の位置が、こめかみになります。



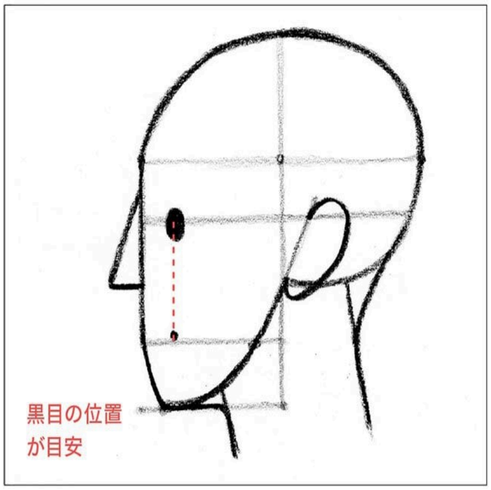
2 鼻の位置の目安となる点から、左に横線を描きます。これが鼻の高さになります。



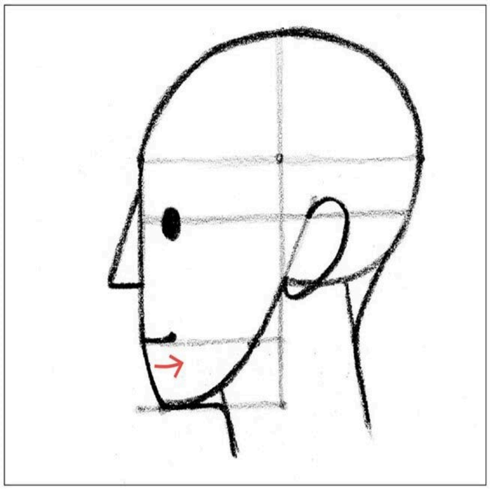
3 目の補助線の上あたりから、鼻の先を直線でつないで鼻を描きます。



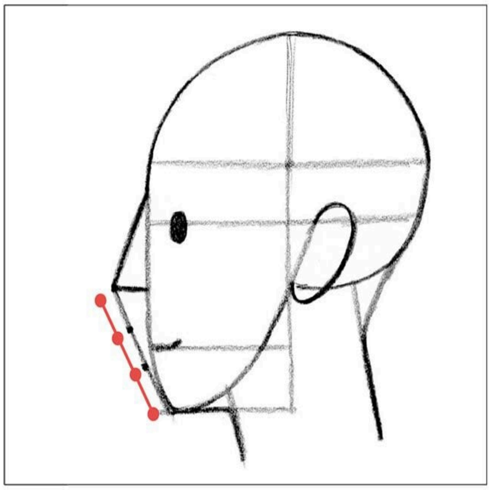
4 黒目の位置を目安に、えらの補助線のやや上に口角の点を描きます。



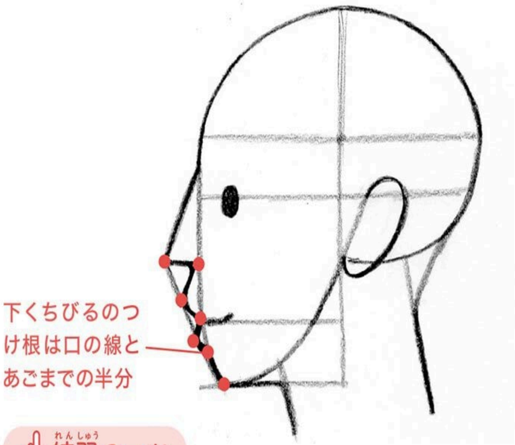
5 4で描いた点と正中線を線でつなぎます。これが口を閉じたときの線になります。ここではシンプルに横線で表します。



6 くちびるの凹凸を描きます。補助線として鼻の先とあごの先をつないだ線を描き、3等分する位置に点を描きます。

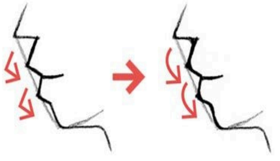


完成 6で描いた点と顔の輪郭線をつなぎます。角を丸く整えたら完成です。



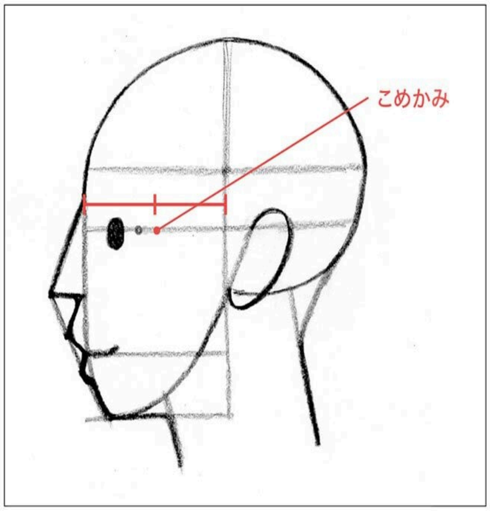
練習のコツ

直線で描いてから、角を丸くするとバランスがくずれにくくなります。



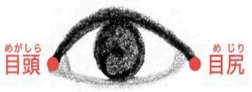
まぶた、まゆ、髪の毛を描く

1 黒目とこめかみの真ん中あたりに、目尻の点を描きます。



練習のコツ

横向きの目は、目頭が見えなくなるため、まぶたの形が変わります。

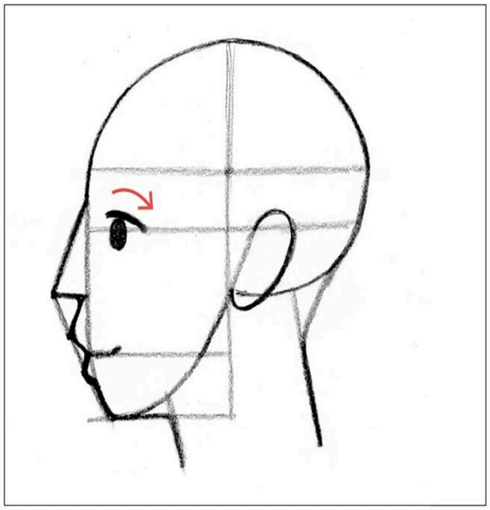


◀正面向きのまぶたの形は、ほぼ左右対称

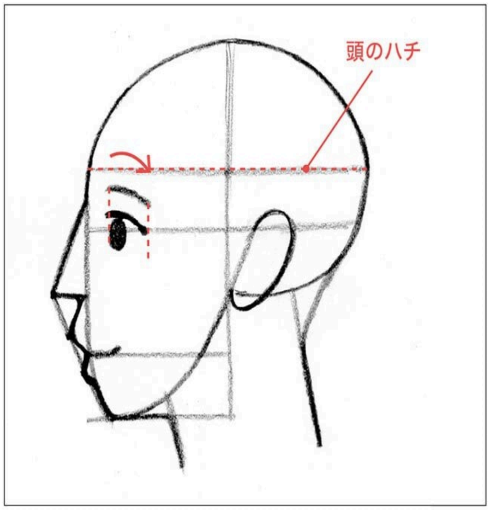
◀横向きに近いまぶたの形は、目頭側が短かい

◀横向きのまぶたの形は、目頭側が見えない

2 練習のコツを参考に、目頭と目尻の点を弧でつないで上まぶたの形を描きます。

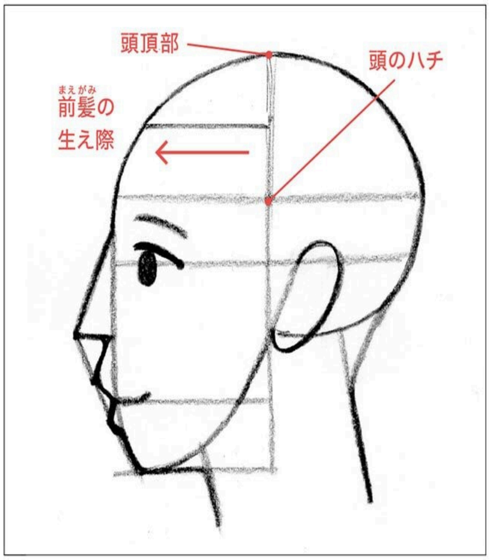


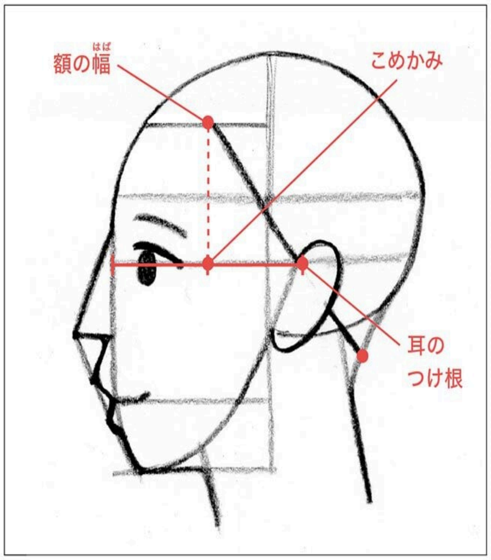
3 頭のハチと上まぶたの間に、まゆ毛を描きます。まぶたの幅で、まぶたの丸みと同じように描くとよいでしょう。



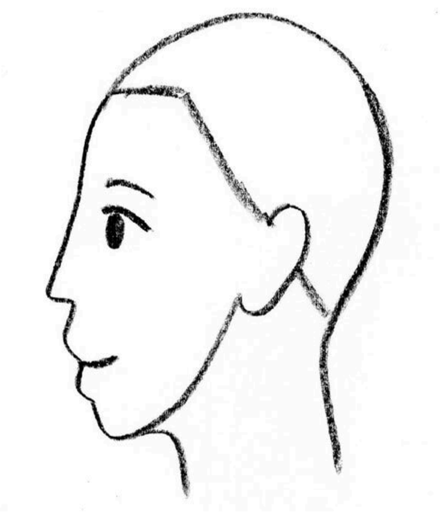
4 前髪の生え際の線を描きます。頭頂部と頭のハチの中間を目安に線を描きます。

5 こめかみの位置を目安に額の幅となる点を描き、耳のつけ根を通って首までつなぎ、髪の毛の生える部分の形を描きます。



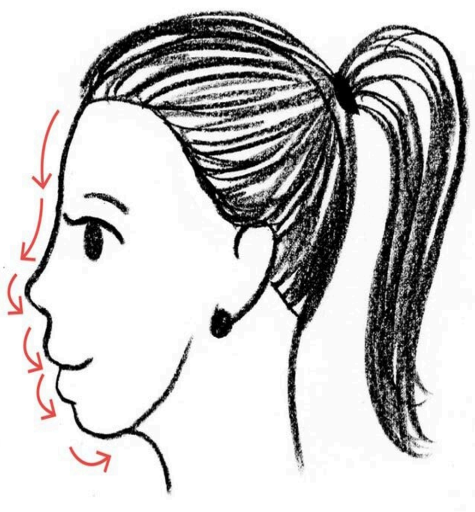


完成 補助線を消したら、完成です。



やってみよう

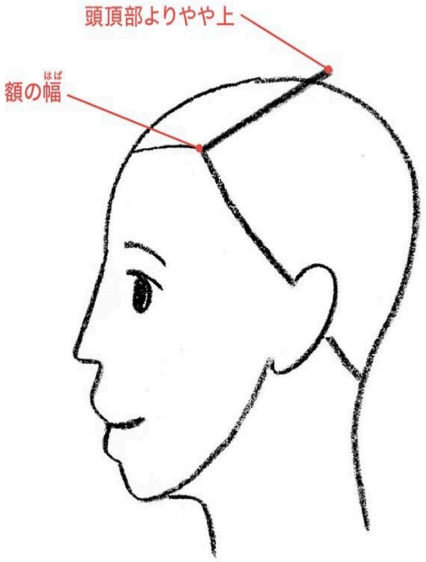
輪郭線に丸みをつけて、女性の横顔を描いてみましょう。

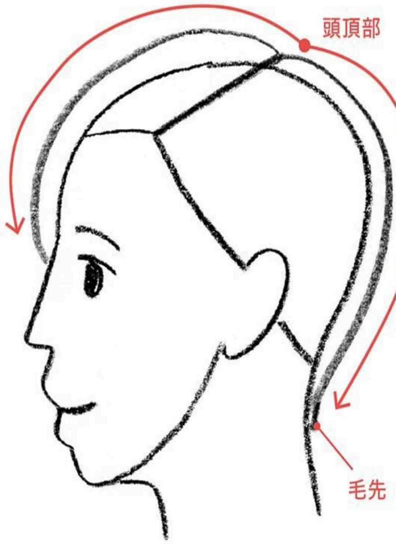


やってみよう

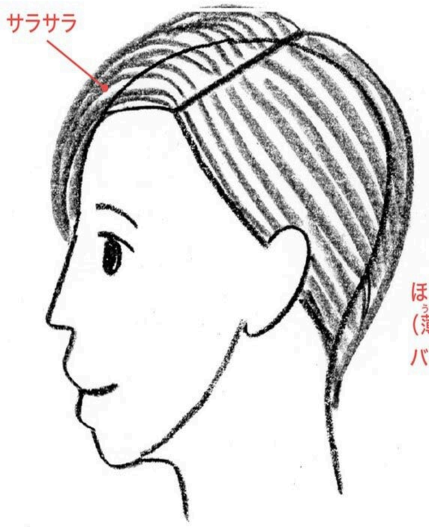
1 頭頂部の上から額の幅まで、分け目の線を直線で描きます。

2 頭頂部の分け目から、後頭部の形に沿って曲線を描きます。毛先まで描いたら形の完成です。

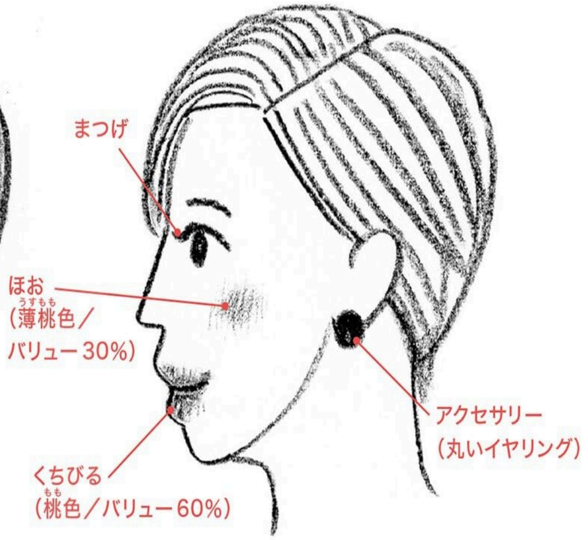




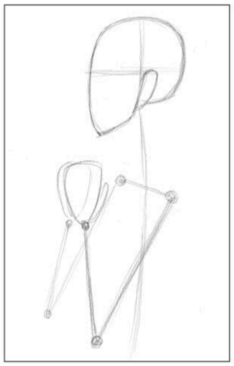
完成 髪の毛全体にバリューを描いて完成です。



やってみよう アクセサリーやまつげ、ほおやくちびるにバリューを描いてみましょう。



応用例



▲骨格を意識して描く

▲大まかな形を描く

▲細かい形を描く

[人物画]

骨格や比率を理解していると、プロポーションやバランスがくずれにくくなります。

[ヘアスタイルやメイクのスケッチ]
髪の毛を描くときに、オノマトペを意識した線で描くことで、髪の毛の感触を表現できます。

Column

魔女の顔

皆さんは数年後、数十年後に自分の顔がどのように変わっていくかを想像したことがありますか？ 白髪になったり、しわが増えたりしていくだけではありません。顔は、頭とあごの2つの部分でできています。頭の部分は少年期（5～14歳）後半で成人と同じくらいの大きさに成長しますが、あごの部分は青年期（15～24歳）まで成長を続けるので顔全体の大きさや目鼻口の位置・間隔といったプロポーションが変化していきます。青年期から高年期（65歳以上）にかけて脂肪が落ち骨も薄くなり、歯も抜け落ちていくと少年期の顔のプロポーションにもどっていきますが、鼻骨は成長を続けるので、顔の彫りは深くなり目つきは険しくなっていきます。

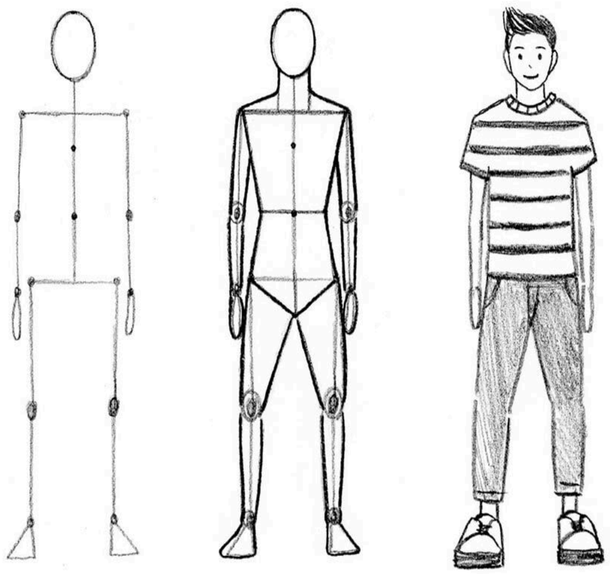
おとぎ話に登場する魔女の顔は、あごの骨は薄くなり脂肪が落ちて皮はたるんでいますが、子どものプロポーションなのです。それなのに高い鷲鼻で彫りが深く目が鋭く、しわだらけの険しい表情をしています。この顔は、何百年も生き続けている人の顔を解剖学的に想定して描かれているのです。

魔女のような老婆に限らず、美術解剖学を学んで人の顔の構造や機能、成長の過程を理解すれば、老若男女のキャラクターの違いをモデルを見ないでも描き分けることができるのです。

第 3 章

身体を描こう

人の身体をバランスよく描くのはハードルが高いと感じる人が多いかもしれません。しかし、骨格や肉づきといったポイントを知ることでバランスよく描けるようになります。動きのあるポーズでもプロポーションがくずれないように、練習しましょう。

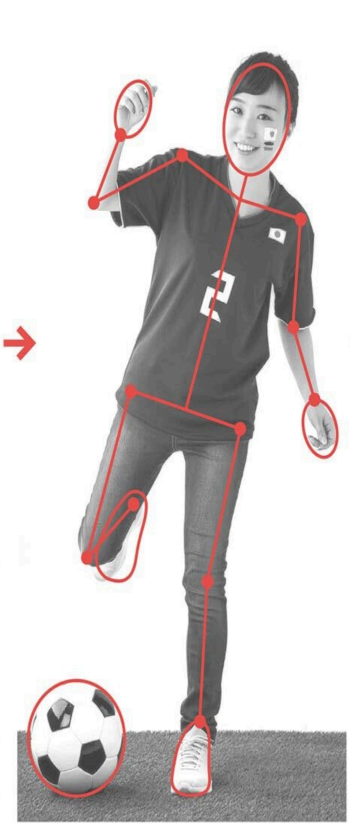


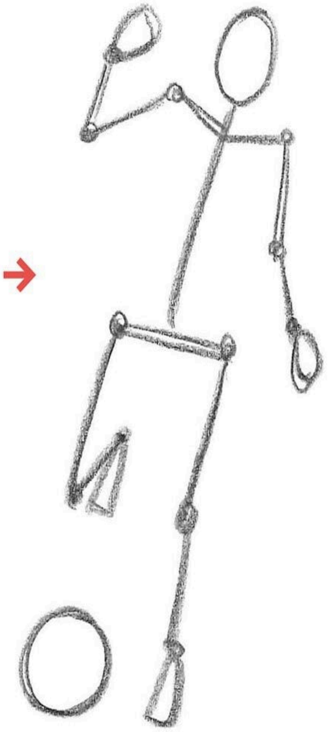
01
Study

人の形を骨格でとらえよう

人らしい形や動きは、骨と関節を意識して描くことで表現できます。

骨と関節でとらえる





▲顔の表現や服のシワなど、多くの情報が一度に見えるので、どこから描いてよいかわかりません。

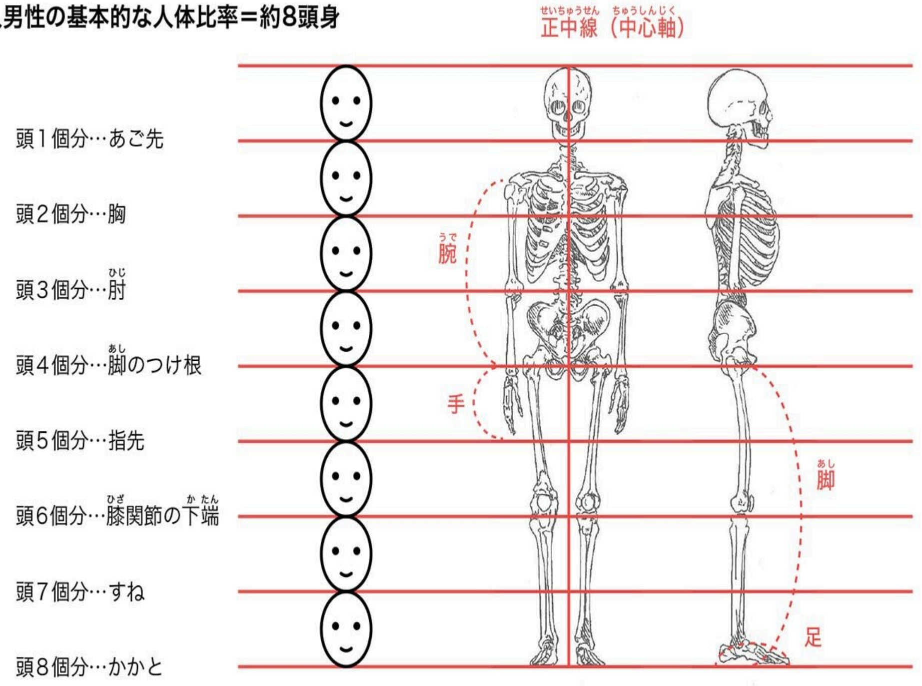
▲まずは骨と関節に注目しましょう。特に背骨の動きや、肩・腰の傾(かたむ)きをよく観察します。人体比率を知ることで、骨と関節をとらえられるようになります。

▲骨格をとらえられれば、細かな情報を描き加えても、プロポーションやバランスがくずれることはありません。

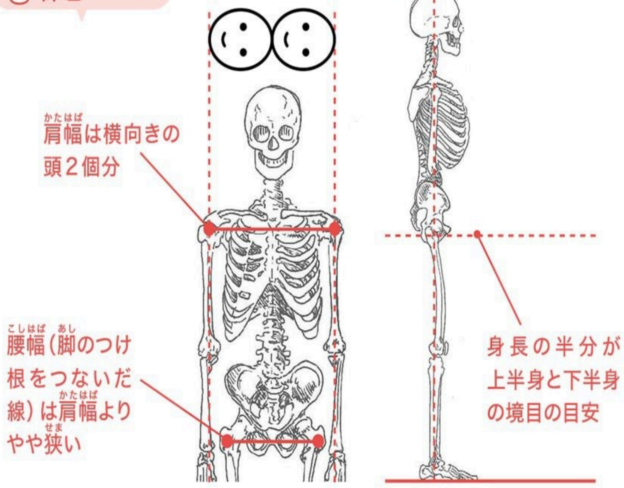
人体比率を知る

身体全体の骨格の比率（人体比率）を知ることで、モデルの骨格が見えづらくても自然なバランスで人体を描けるようになります。

成人男性の基本的な人体比率＝約8頭身

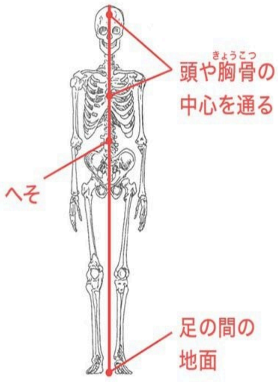


練習のコツ



練習のコツ

正中線は、体を左右半分に分ける人体の中心軸（体軸）のことを指します。



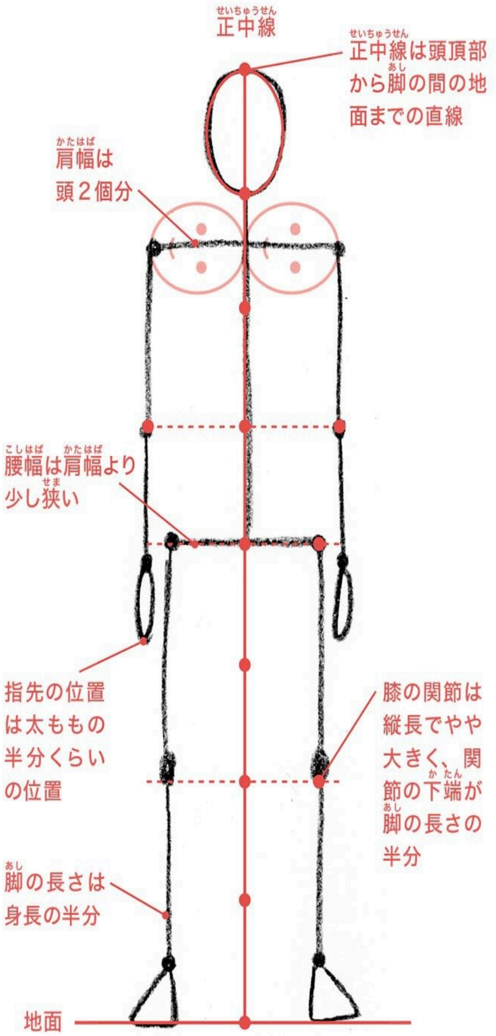
02

Work

人の形を描こう

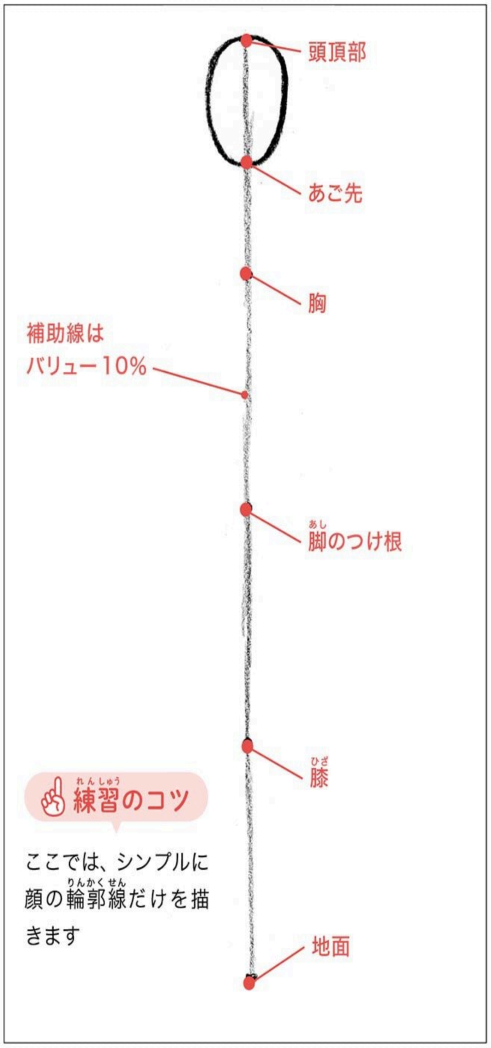
人体比率を参考に、最も基本的な関節だけで正面向きの人の形を描いてみましょう。

正面向きの人を描く

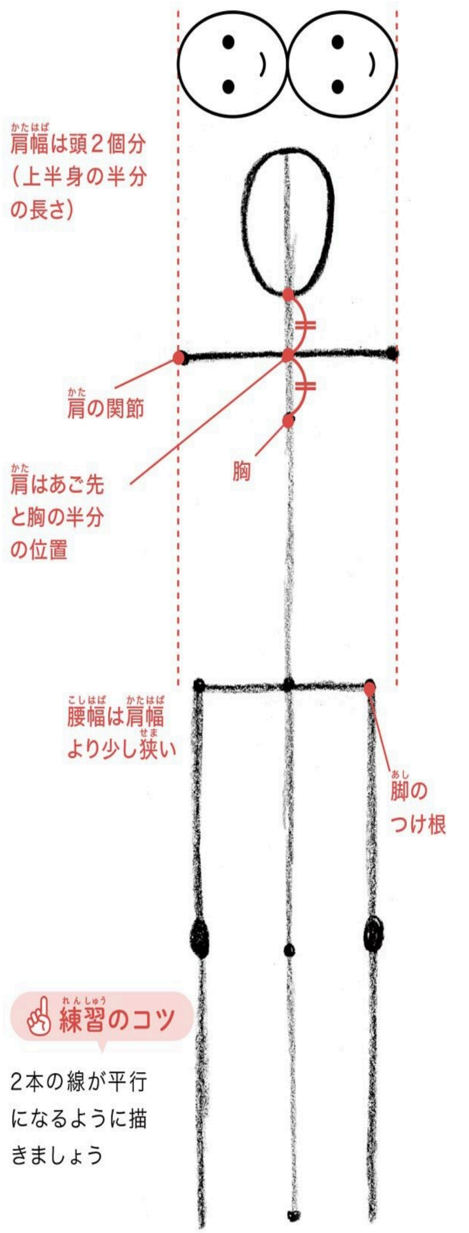


▲正面向きに直立した8頭身の人の形

1 補助線として正中線を描き、4等分する位置に点を描いたら、頭頂部と胸の真ん中があご先になるように正面向きの顔を描きます。



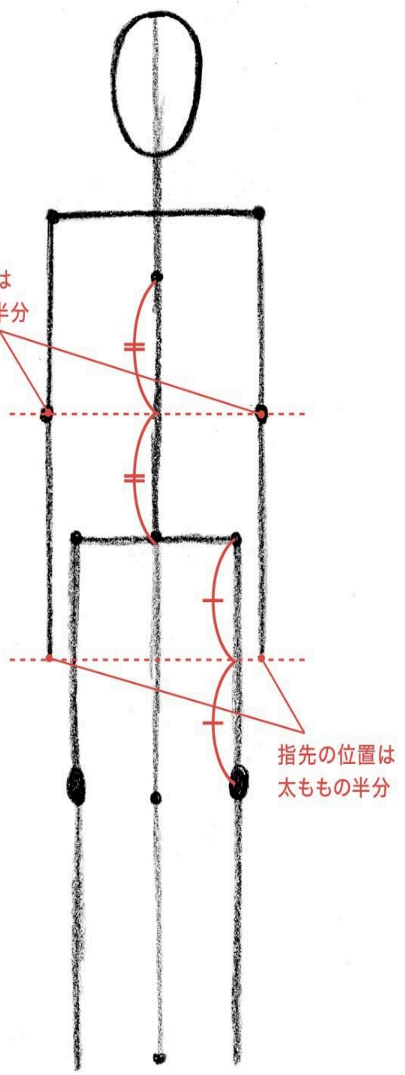
2 肩と脚を描きます。肩と脚のつけ根の関節を黒丸で描きましょう。脚のつけ根から下方向に脚を描き、膝の関節を縦長の黒丸で描きます。



練習のコツ

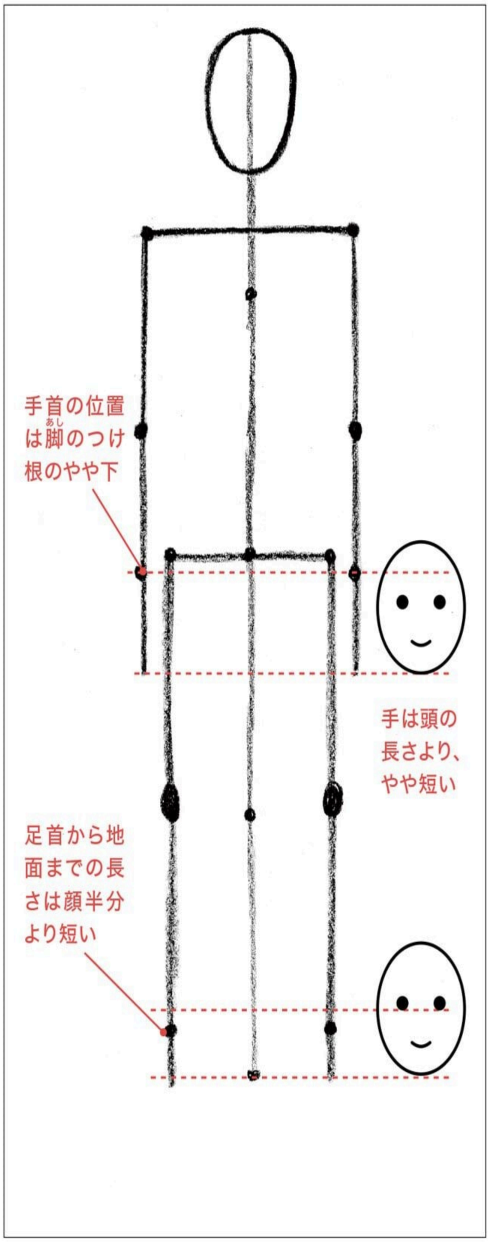
2本の線が平行になるように描きましょう

完成 肩の関節から下方向に腕を描き、肘の関節を黒丸で描きます。首と背骨の線（あご先から腰まで）をなぞって完成です。



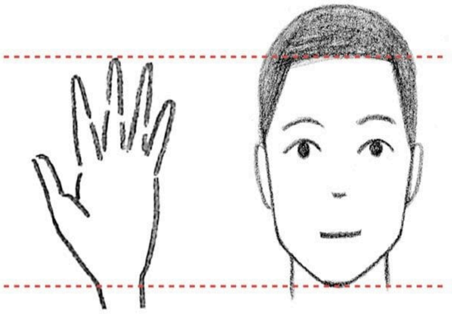
手と足を描く

1 手首と足首の関節に黒丸を描きます。

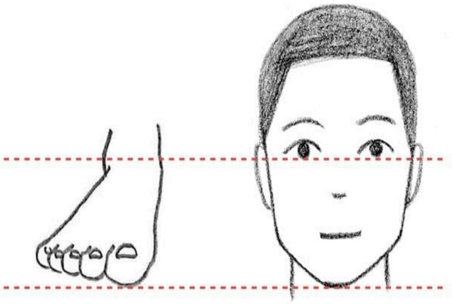


練習（れんしゅう）のコツ

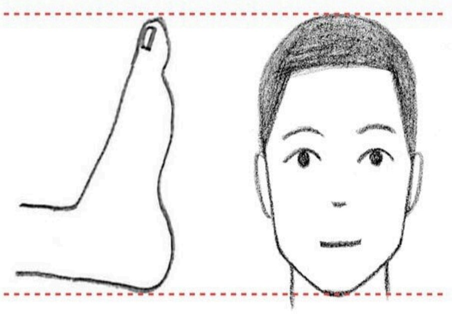
手足の大きさを、顔の大きさと比べてみましょう。



▲手首から中指の先までは、あご先から額の位置までの長さと、ほぼ等しい

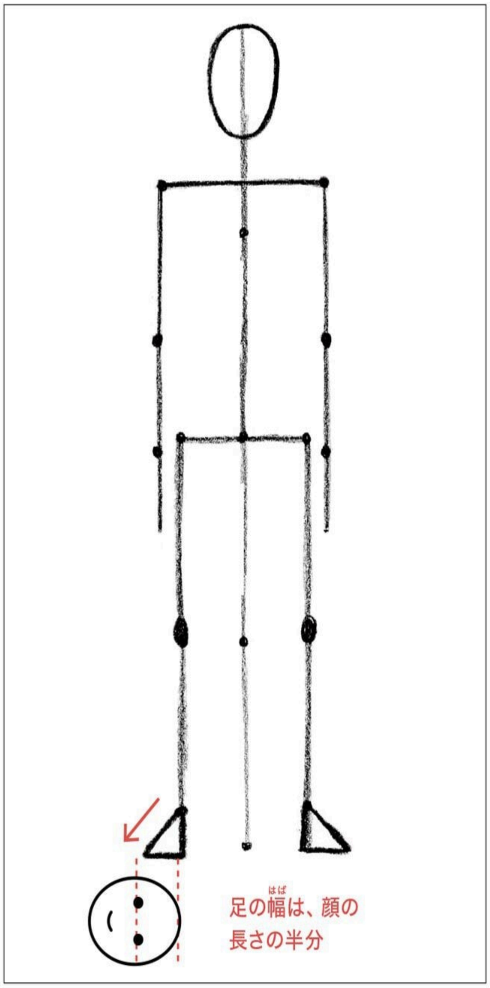


▲足首からつま先までは、顔の縦の長さの半分よりも短い

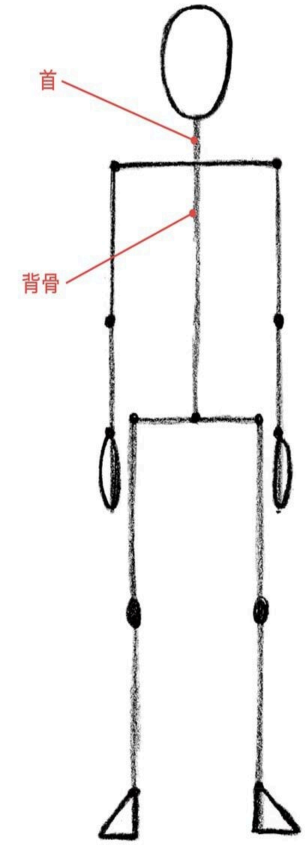


▲かかとからつま先までは、顔の縦の長さと、ほぼ等しい

2 正面から見た足の形を描きます。ここではシンプルに直角三角形で描きましょう。

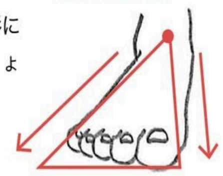


完成 横から見た手の形を描きます。ここではシンプルに細長い丸で描きましょう。補助を消し、線を整えたら完成です。

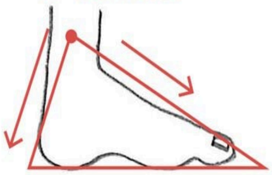


練習のコツ

手と足は、簡単な形に置き換えてみましょう。



▲前から見た足



▲横から見た足

▲開いた手

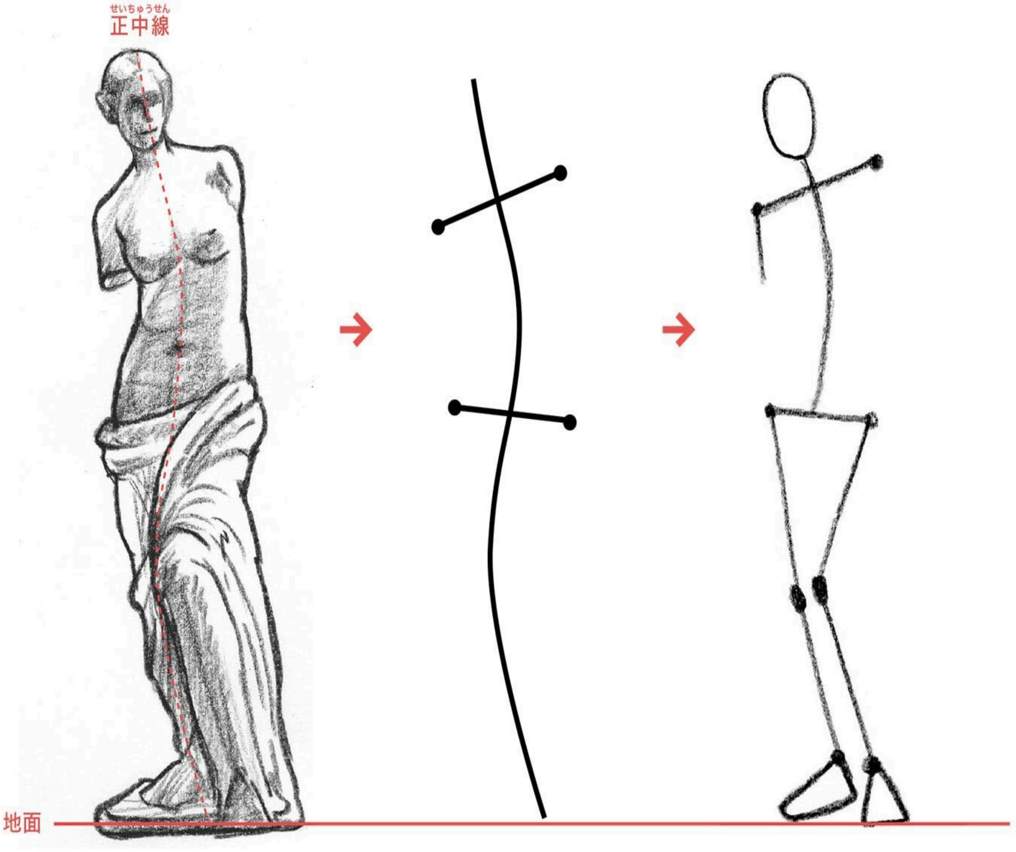
▲横から見た手

03 Study 人の動きを表現しよう

動きのあるポーズの、正中線や骨格のとらえ方を学びましょう

正中線をS字で表す

体重が片方の脚にかかり、もう一方の脚の膝がわずかに曲げられ、正中線がS字になるポーズのことを「コントラポスト」と呼びます。ミロのヴィーナスなどの古代美術の時代から、肉体の美しさや躍動感を表現するために使われてきました。正中線をS字曲線にすることで、動きのあるポーズが表現できます。



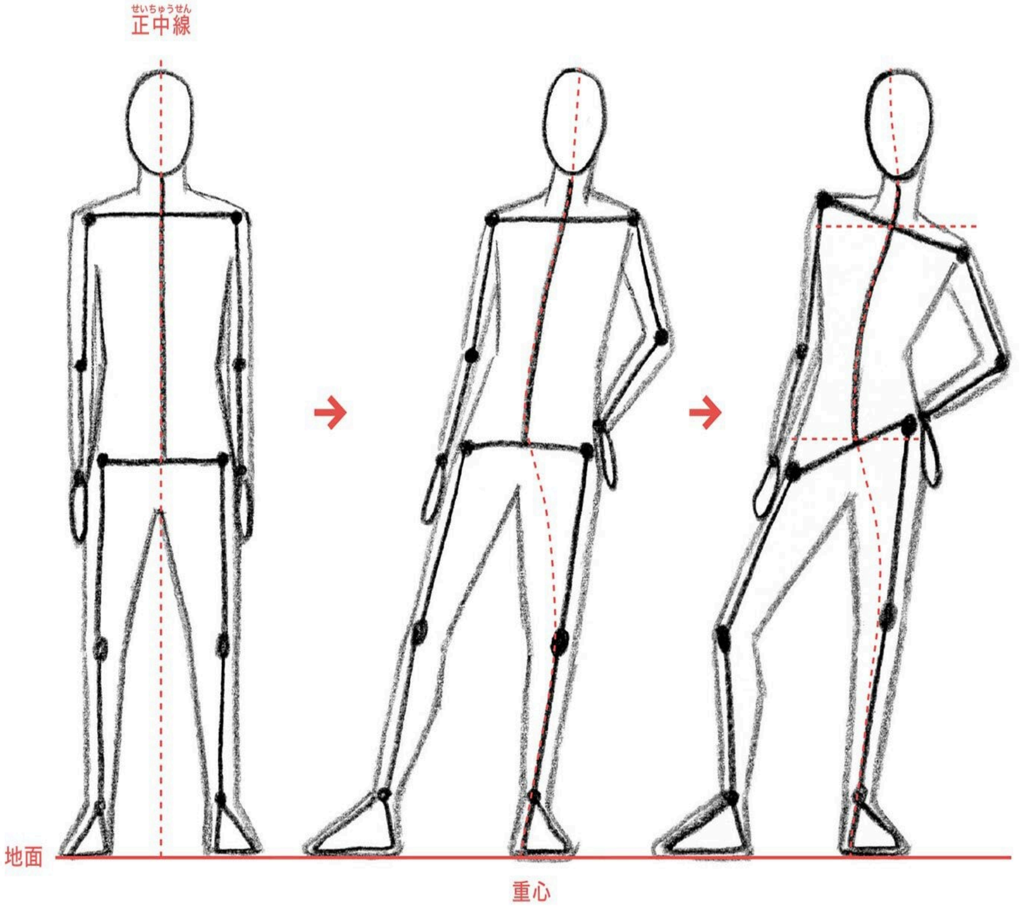
▲正中線は頭頂部から、へそ、体重のかかっている脚を通って地面へ至る

▲正中線がS字曲線で、肩と腰の傾きが左右非対称

▲正中線と骨格をとらえることで、ポーズの動きを表現できる

左右のバランスをくずす

直立など動きのないポーズのほとんどは、左右対称になっています。左右が非対称になるように、重心や、肩と腰の傾きのバランスをくずすことで、動きのあるポーズを表現できます。



▲直立で体重が左右の脚に均等にかかった場合、正中線は脚の間の地面へ至る

▲片足重心の場合。正中線は、重心がかかっている位置に向かって弧を描く

▲肩と腰の傾きを左右非対称にした場合。バランスを保つため、腰を下げたほうの脚が自然に曲がる

練習のコツ　実際にポーズをとって、身体の動きを確認してみましょう。

04

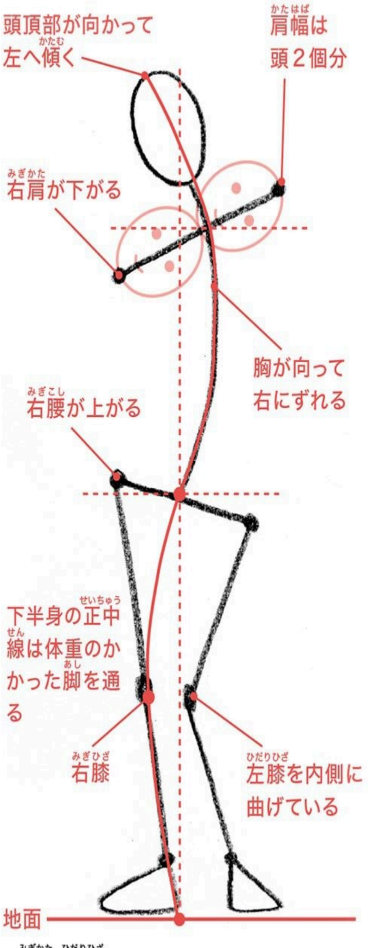
Work

動きのあるポーズを描こう

ここでは、S字の正中線を補助線としてミロのヴィーナスのポーズを描きましょう。

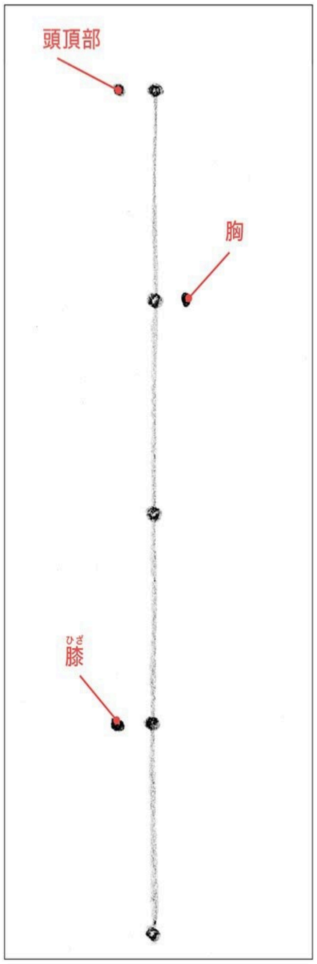
S字の正中線を描く

腕のない状態の、ミロのヴィーナスの動きを描きましょう。



※右肩、左膝など身体のパーツにおける左右の表記は描く対象から見た左右を表しています

1 80ページの正中線を描き、頭頂部と膝の点を左へ、胸の点を右へずらします。

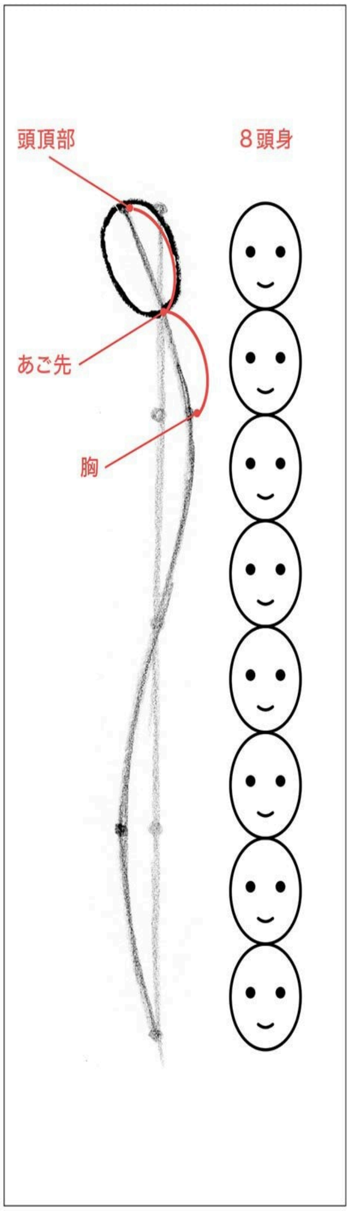


完成

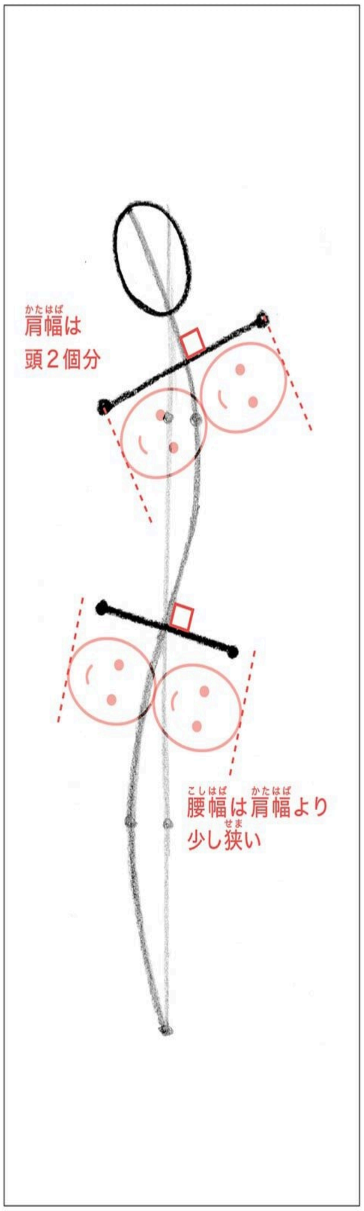
1でずらした3つの点と、脚のつけ根、地面の計5つの点を曲線でつないでS字を描きます。

骨格を描く

1 上端と胸の半分の位置があご先になるように正面向きの顔を斜めに描きます。

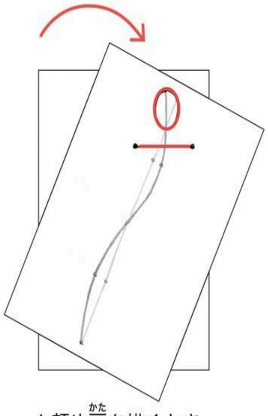


2 正中線と直角になるように肩と腰を描きます。肩と脚のつけ根の関節を黒丸で描きましょう。

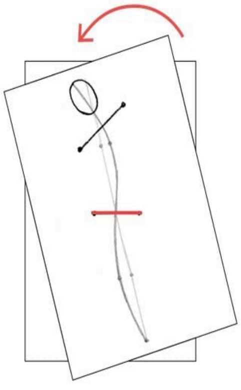


練習のコツ

描きたい線が水平になるように、紙を回して描くとよいでしょう。

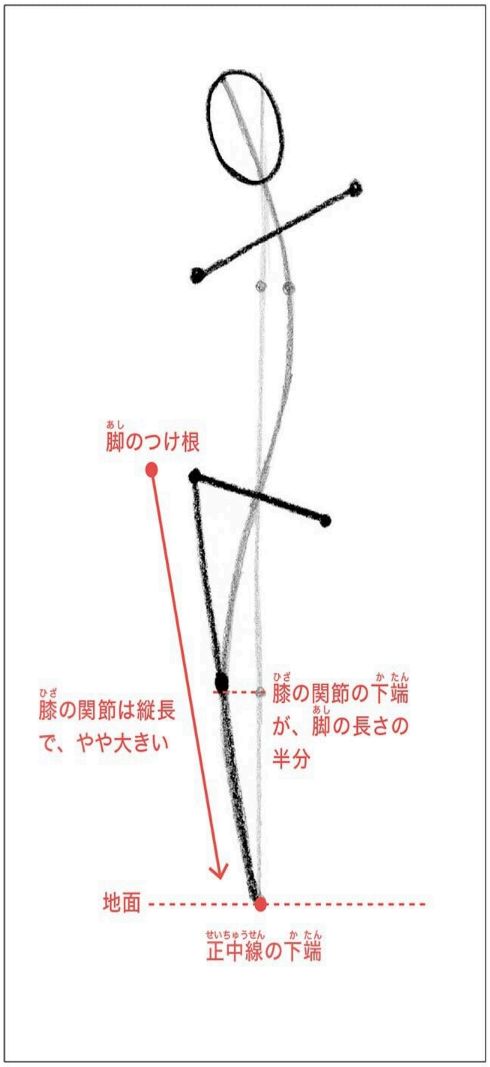


▲顔や肩を描くとき

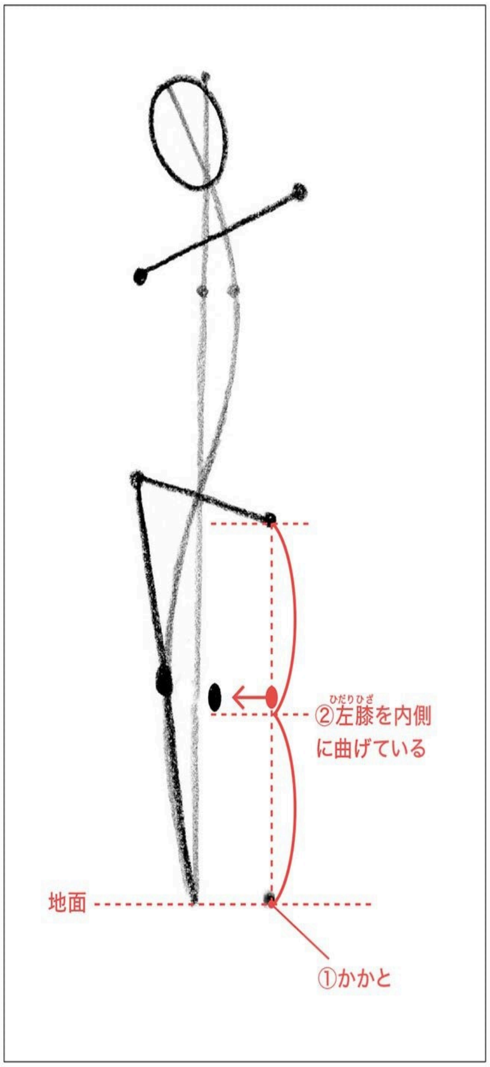


▲腰を描くとき

3 右脚のつけ根の関節と、正中線の下端をつないで脚を描き、右膝の関節を縦長の黒丸で描きます。



4 内側に膝を曲げた左脚を描きます。①脚のつけ根の関節を垂直に地面まで下ろした位置に、かかとの点を描きます。②その半分の高さで膝の関節を縦長の黒丸で描きます。



練習のコツ

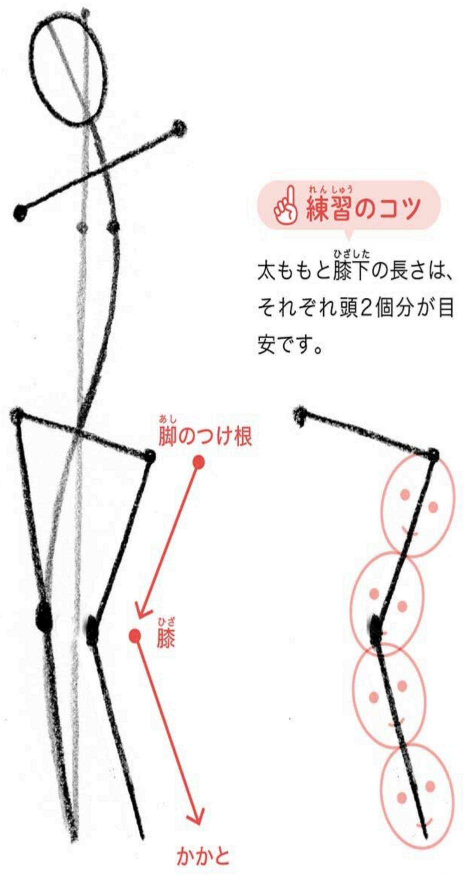
片足重心の場合の正中線は、体重がかかっているほうの脚を通ります。

練習のコツ

かかとの位置を変えずに片方の腰を下に傾けると、自然と膝が曲がります。

完成

脚(あし)を描き、首と背骨の線をなぞって
完成です。



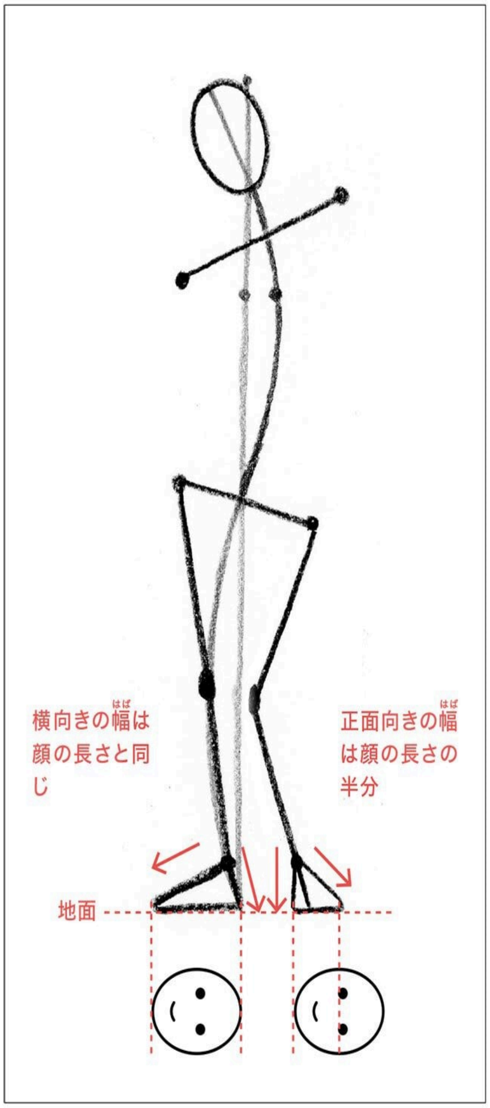
練習(れんしゅう)のコツ

太ももと膝下(ひざした)の長さは、それぞれ頭2個分が目安です。

足を描く

1 足首の関節に黒丸を描きます。

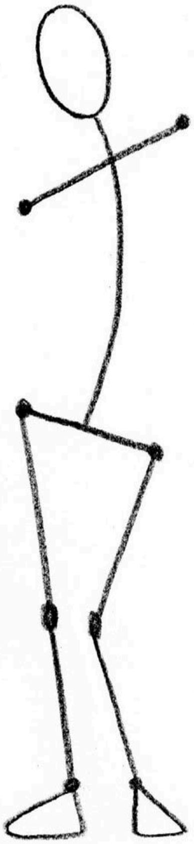
2 右足は横向き、左足は正面向きの形を描きます。ここではシンプルに三角形で描きましょう。

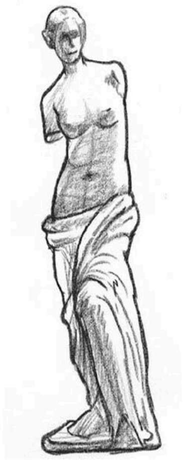


練習のコツ

正面向きの足は、横向きの足の半分の幅が目安です。

完成 補助線を消し、線を整えたら完成です。

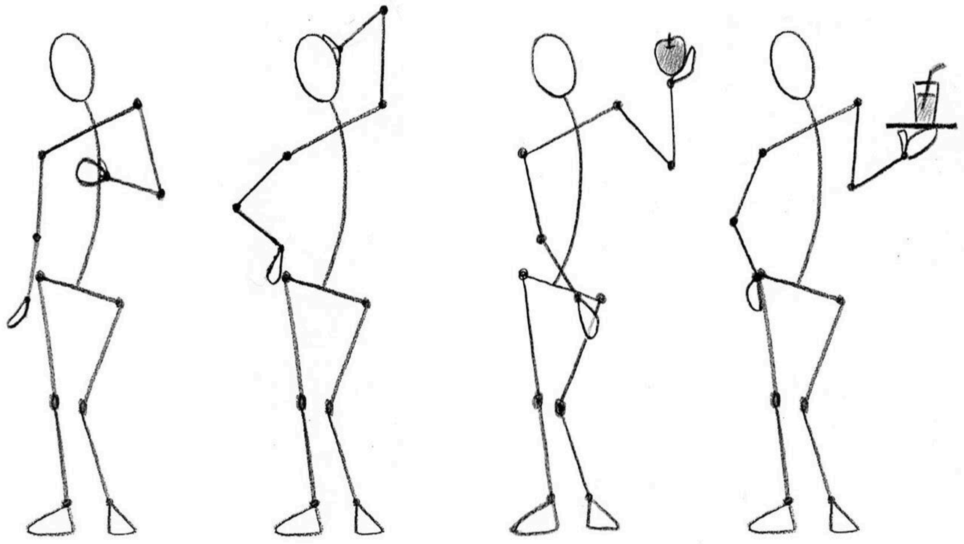




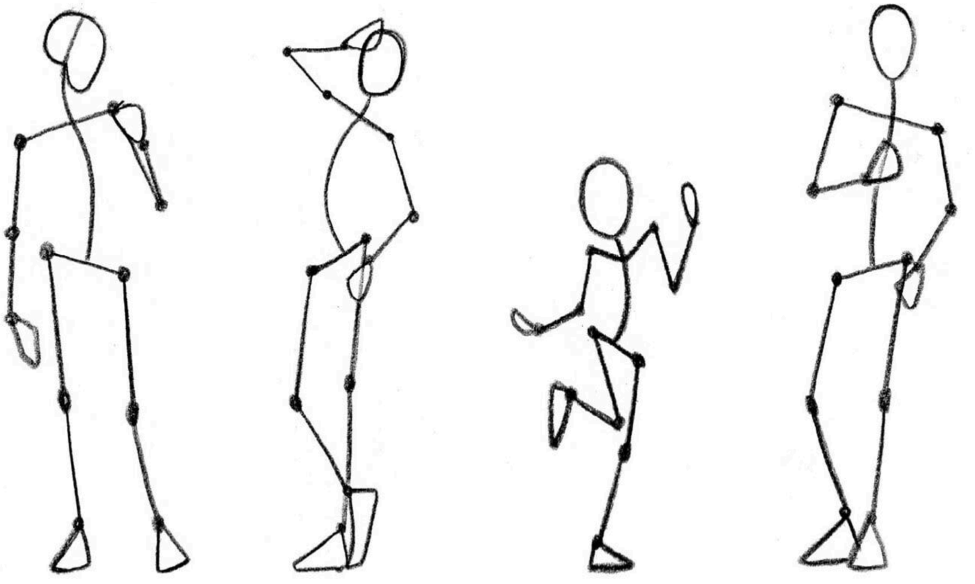
練習のコツ

現存するミロのヴィーナスは欠けた部分が多く、両腕のポーズは諸説あります。

やってみよう 腕のポーズを自由に考えて描いてみましょう。



やってみよう いろいろなポーズを描いてみましょう。



▲ダビデ像（ミケランジェロ作）の骨格

▲S字のカーブを強くすると女性的

▲子どもは大人に比べて頭身が小さくなる

▲S字のカーブを緩くすると男性的

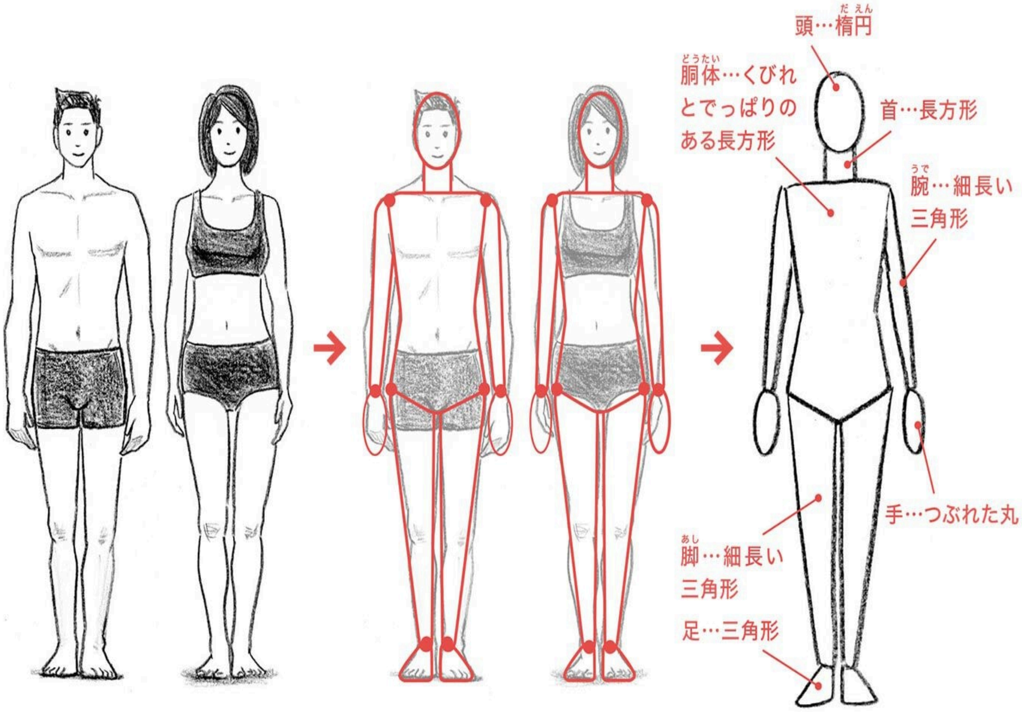
05 身体の形をとらえよう

Study

人の形を、より現実の形に近づけるためのとらえ方を説明します。

身体の形をシンプルにとらえる

身体の形は、一見描くのが難しそうに見えます。男性でも女性でも、胴体(どうたい)から腕(うで)、脚(あし)、首、頭がついているという構造は変わりません。それぞれの形をシンプルな形に置き換(か)えれば、身体の形を伝えることができます。



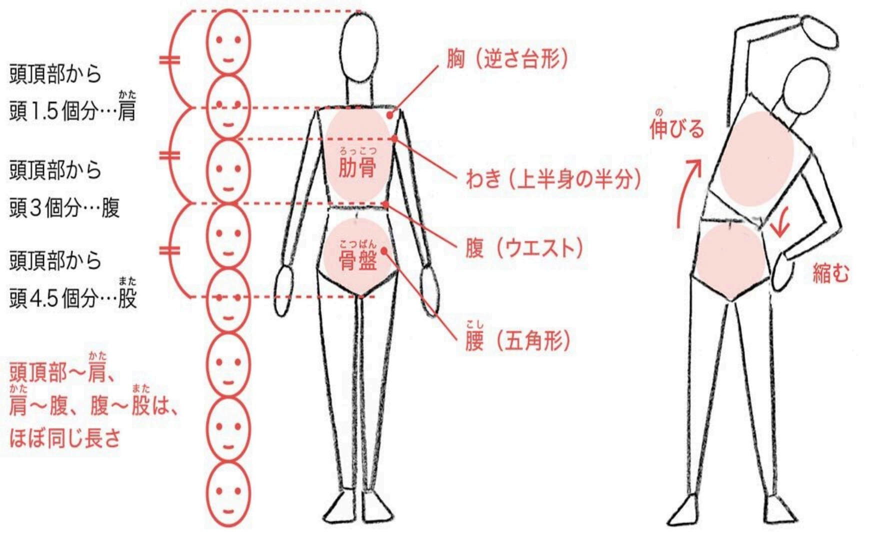
▲輪郭線(りんかくせん)をなぞるように描こうとすると、体型の違(ちが)いや、微妙(びみょう)な凹凸(おうとつ)に気をとられ、形のとらえどころがわかりません。

▲胴体(どうたい)と腕(うで)、脚(あし)、首がつながっていて、それぞれ手足頭につながっていることがわかります。

▲胴体(どうたい)はくびれのある長方形、腕(うで)や脚(あし)は細長い逆三角形、手は丸、足は三角形で表すことができます。

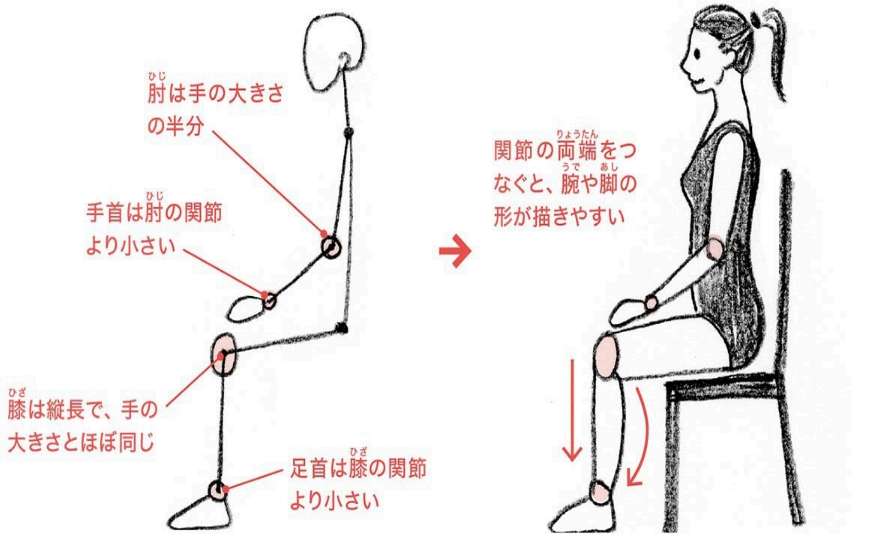
胴体は胸・腹・腰でできている

胴体の形は、肩から腹までの肋骨のある部分を胸、腹から股までの骨盤のある部分を腰と呼びます。腹は肋骨と骨盤の間のウエスト部分のことを指し、身体を曲げると前後左右に腹が伸び縮みします。



関節をつなぐ

腕と脚は、肘や膝、手首足首といった関節で曲がります。関節の形を丸でとらえて、関節の間を線でつなげば、プロポーションやバランスがくずれにくくなります。



06

Work

正面向きの身体を描こう

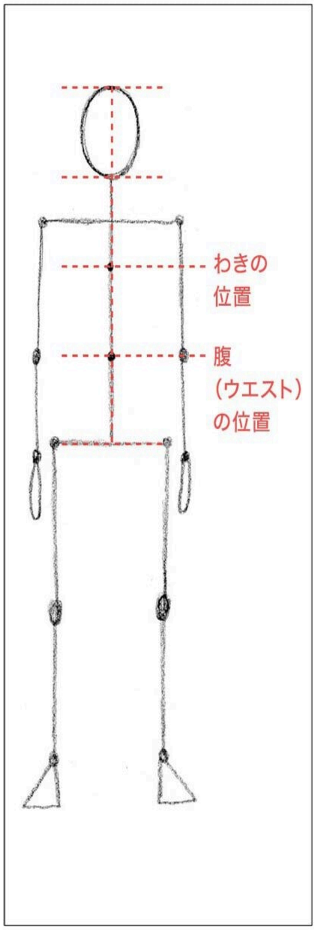
骨格の上に身体の輪郭をのせていくことで、身体を描いていきます。

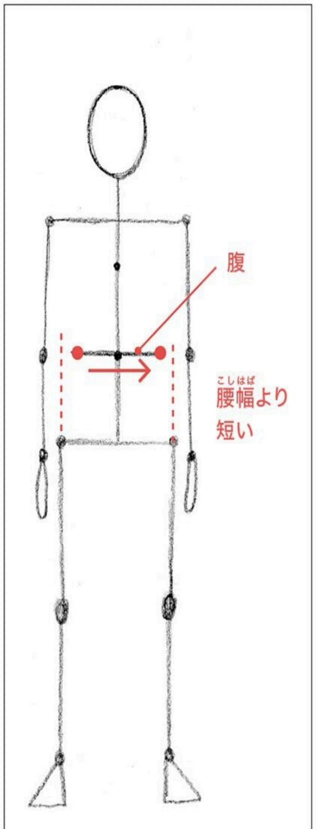
胴体を描く

1 補助線として、80〜83ページを参考に骨格を描き、上半身を4等分する位置に点を描きます。

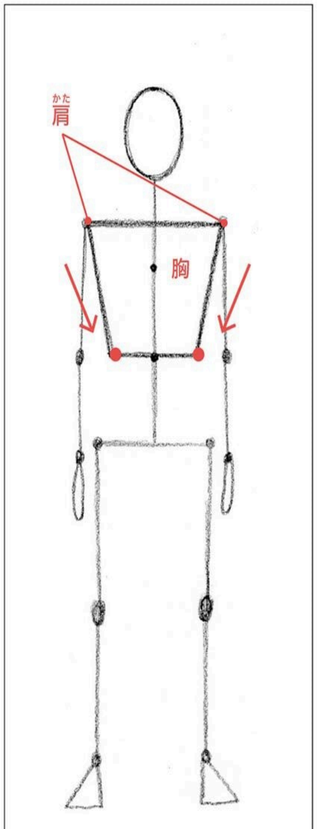
2 腹の点を通る横線を描きます。腰幅よりやや短い線で描きましょう。

3 肩の両端と腹の両端をつないで、胸の形を逆さ台形で描きます。



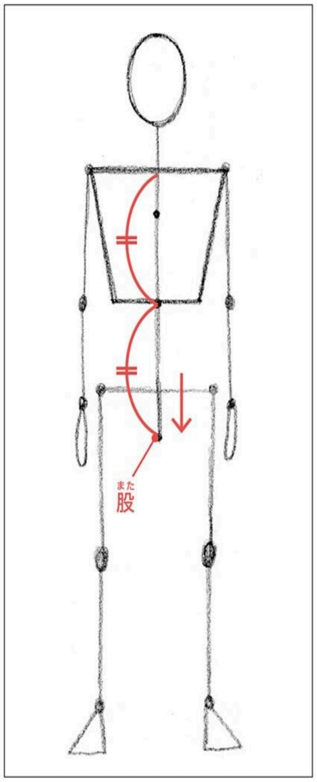


腹はウエスト部分



胸は逆さの台形

4 腰を描きます。肩から腹までと、腹から股までが同じ長さになるように、正中線を下へ伸ばします。

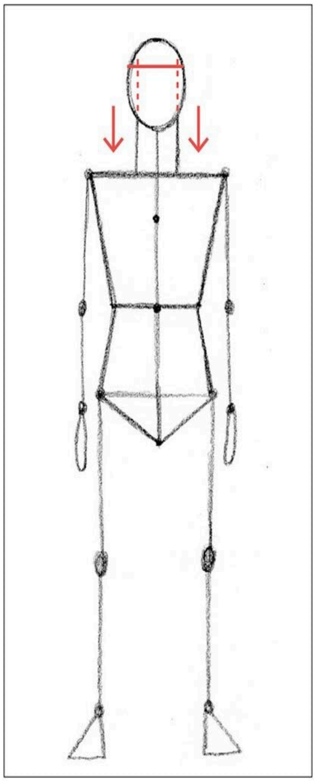


完成

股の点と、脚のつけ根の関節の両端を結び、腹とつなげます。胴体の形を整えたら完成です。

首と肩を描く

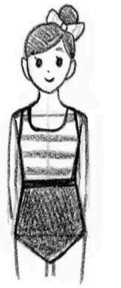
1 首を描きます。練習のコツを参考に、顔から下へ線を引きます。



やってみよう

腹のくびれの強弱によって、成人女性と女の子を描き分けることができます。

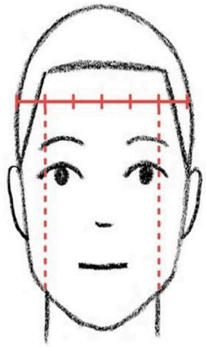
▲くびれが強い



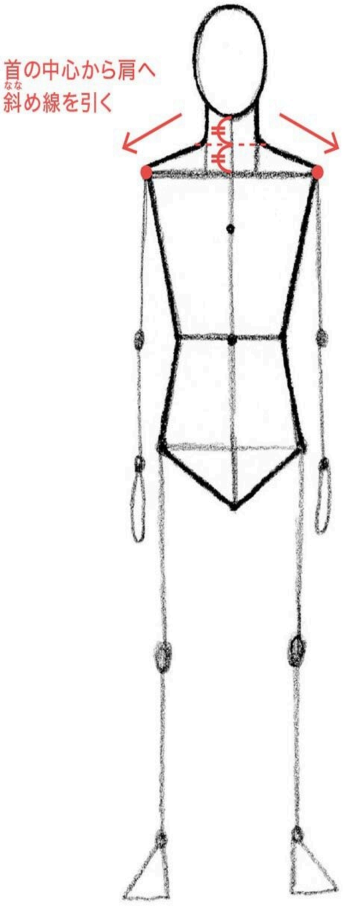
▲くびれが少ない

練習のコツ

正面向きの首の太さは、顔の横幅の1/6の位置が目安になります。

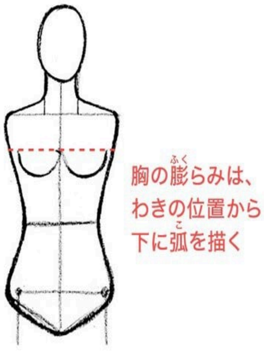


完成 首の線の中心から、肩の関節の両端まで斜めに線を引きます。首から肩、胴体へ線をつないで整えたら完成です。



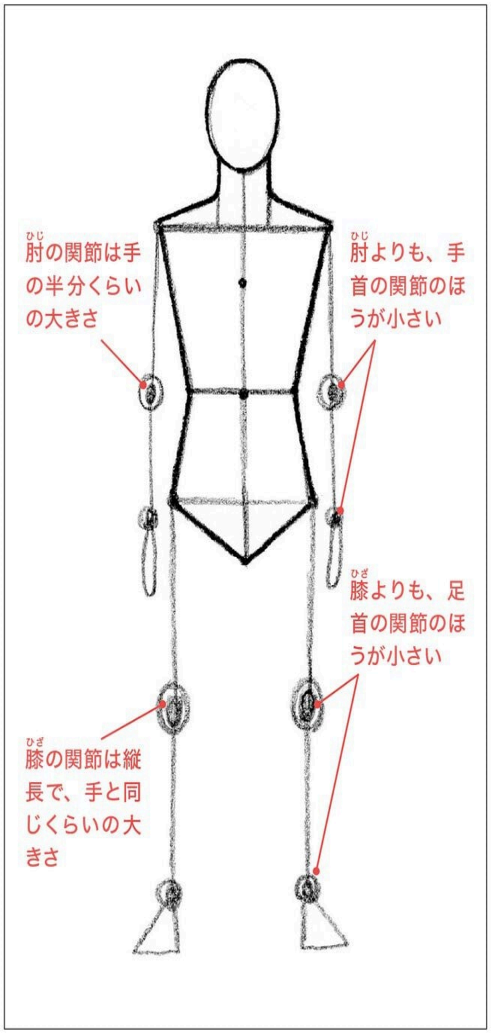
やってみよう

角を丸くするように、曲線で輪郭線を整えると、女性らしい体つきになります。



腕と脚を描く

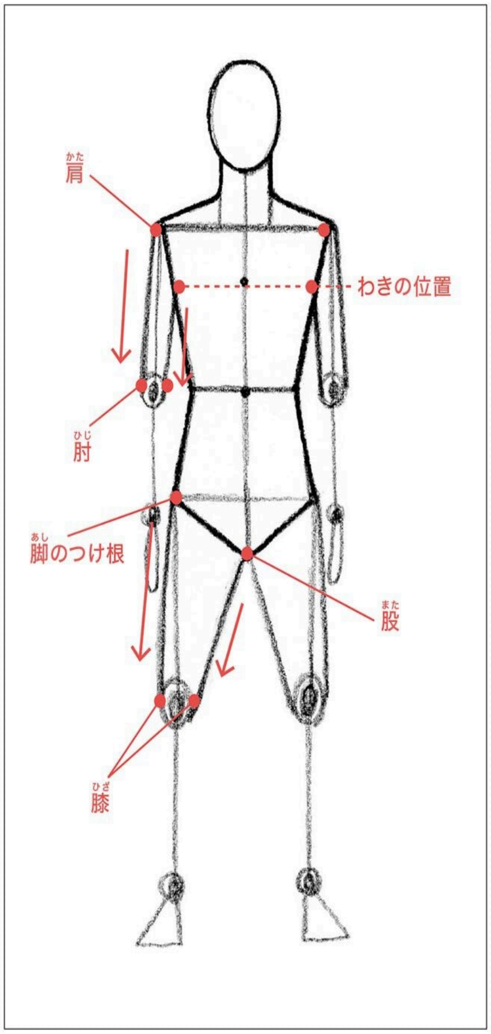
1 (腕) 肘の関節にひと回り大きい丸を描き、手首の関節に肘よりもやや小さい丸を描きます。



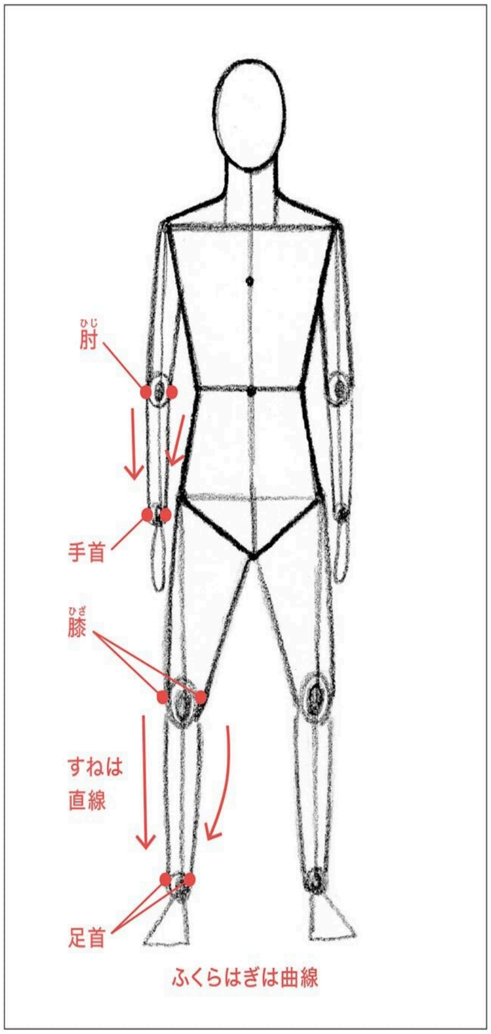
(脚) 膝の関節にひと回り大きい丸を描き、足首の関節に膝よりもやや小さい丸を描きます。

2 （腕）上腕を描きます。肩の両端と肘の丸の外側をつなぎ、わきと肘の丸の内側をつなぎます。

3 （腕）前腕を描きます。肘の丸の両端と手首の丸の両端をつなぎます。



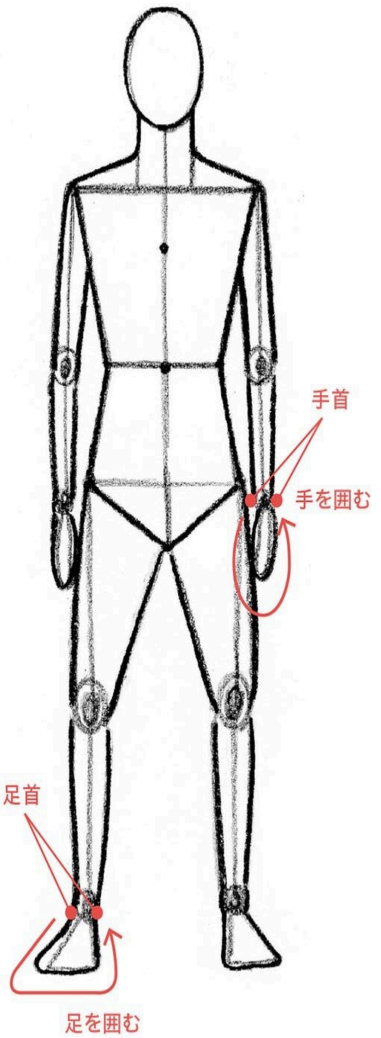
（脚）太ももを描きます。腰の両端と膝の丸の外側をつなぎ、股と膝の丸の内側をつなぎます。



（脚）すねとふくらはぎを描きます。（すね）膝の外側と足首の外側を直線でつなぎます。（ふくらはぎ）膝の内側と足首の内側を曲線でつなぎます。

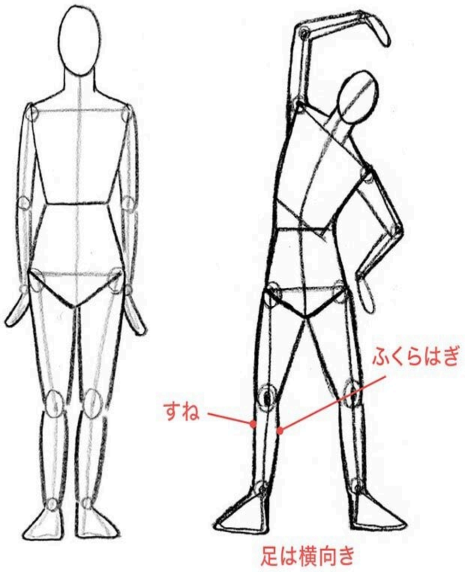
完成

手首の両端から手の形を囲みます。同様に、足首の両端から足の形を囲みます。全体の輪郭線をつないで整えたら完成です。



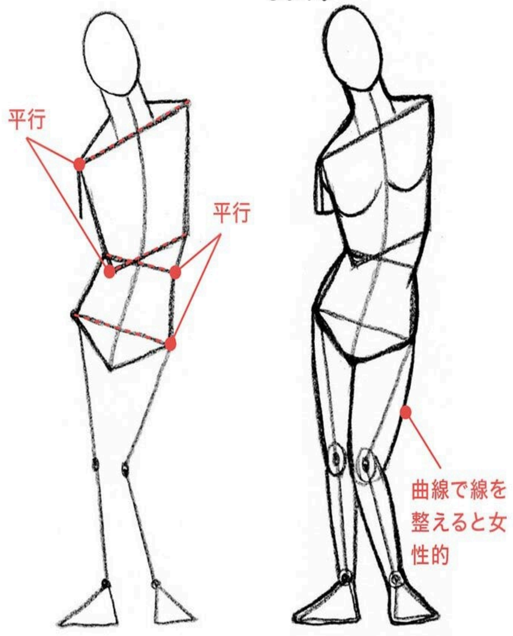
やってみよう

いろいろなポーズを描いてみましょう。



やってみよう

84ページのミロのヴィーナスのポーズを描いてみましょう。



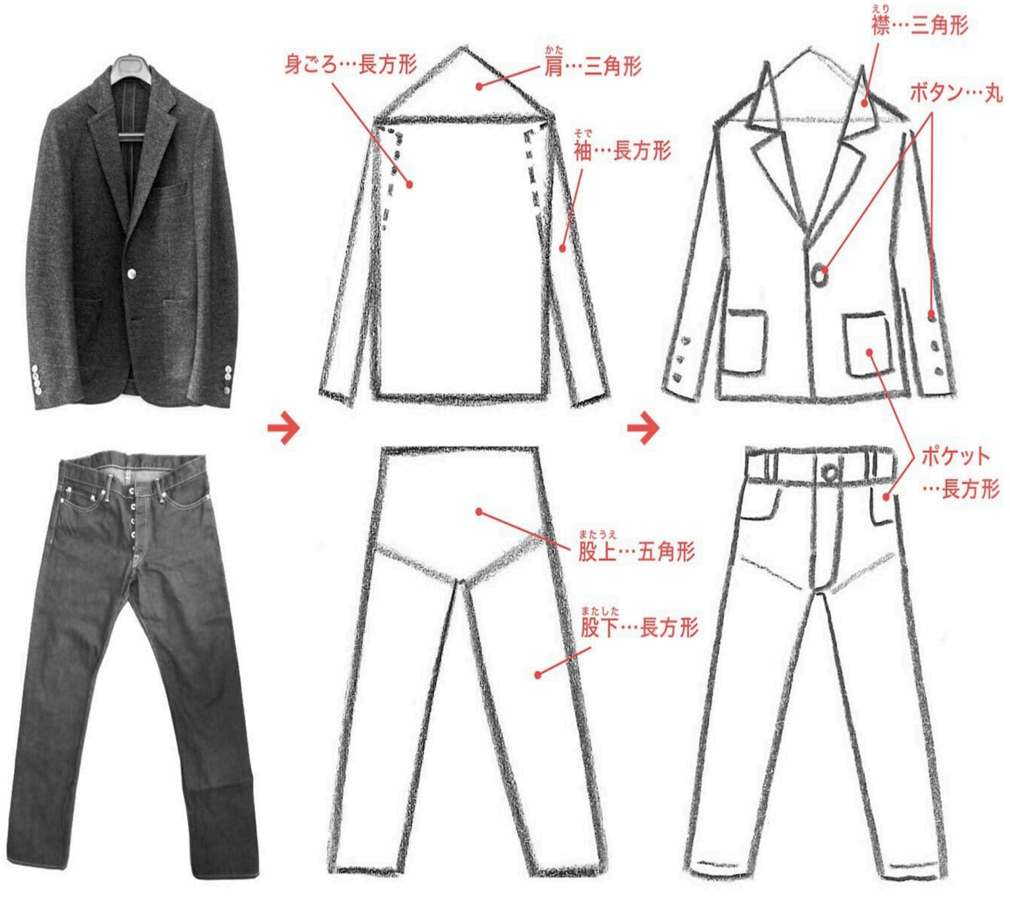
07
Study

服装の特徴をとらえよう

形や手触りをとらえることで、服装の特徴を表現できます。

シンプルな形に置き換える

服装を、丸三角四角といったシンプルな形に置き換えてみましょう。



▲服の複雑な形や材質、シワなど、たくさんの情報が一度に見えるので、どこから描いてよいかわかりません。

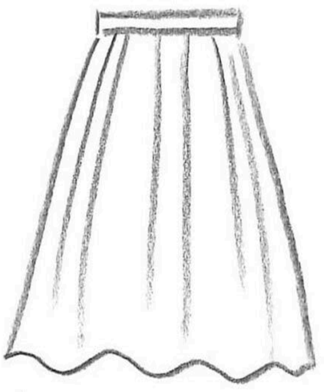
▲まずはシンプルな形に置き換えてみましょう。特に、上着の部分を、肩、身ごろ、袖のパーツでとらえましょう。

▲複雑そうな襟やポケット、ボタンの形も、丸三角四角に置き換えることができます。

線で音や手触りを表現する

「ふわふわ」「くしゃくしゃ」といったオノマトペを線で表現することで、絵に質感を与えられます。

フレアスカートの場合

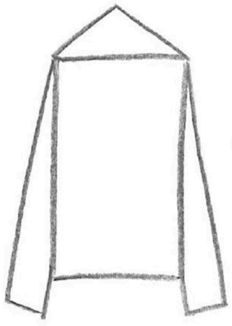


練習のコツ

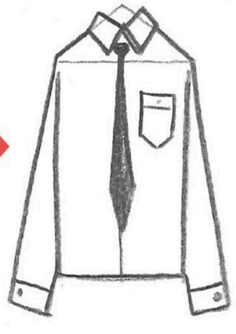
オノマトペとは、音や感触を言葉で表したものです。「パリッとしたワイシャツ」「ふわふわのセーター」といったように、オノマトペを使って身の回りの服装を表現してみましょう。

やってみよう

基本の服の形に、音や手触り、ボタンや飾りなどを描き加えていろいろな服を描いてみましょう。

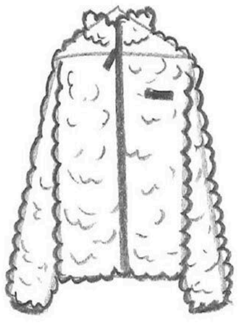


基本の形



▲パリッとしたＹシャツとネクタイ

▲ヒラヒラしたブラウス



▲モコモコしたフリース

08

Work

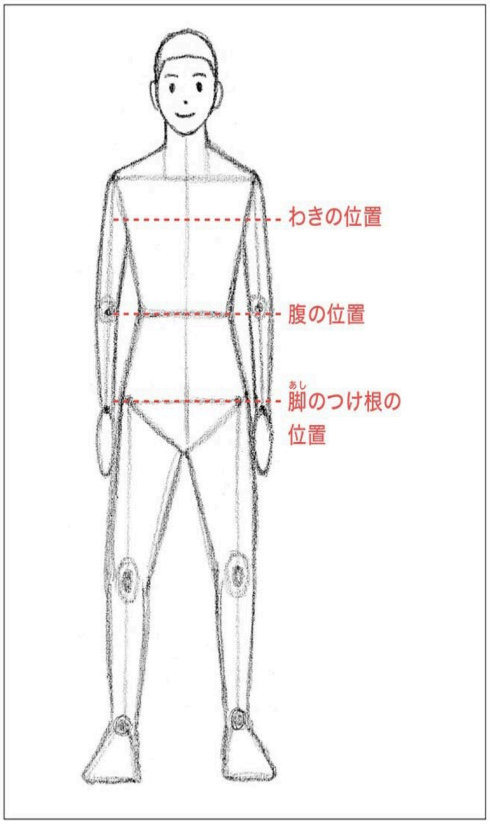
服を着ている人を描こう

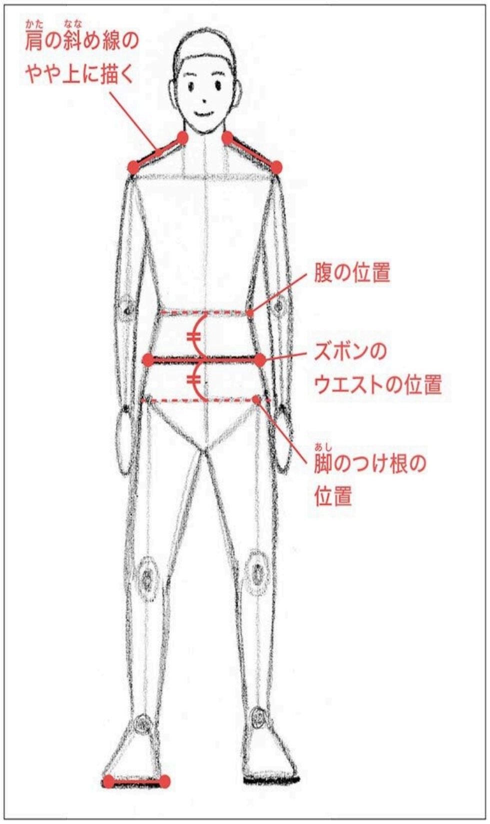
身体の形の上に重ねるように、服を描いていきましょう。

Tシャツと長ズボンと靴(くつ)を着させる

1 94〜98ページを参考に、身体の形を描きます。

2 （Tシャツ）肩(かた)の斜(なな)め線をなぞります。





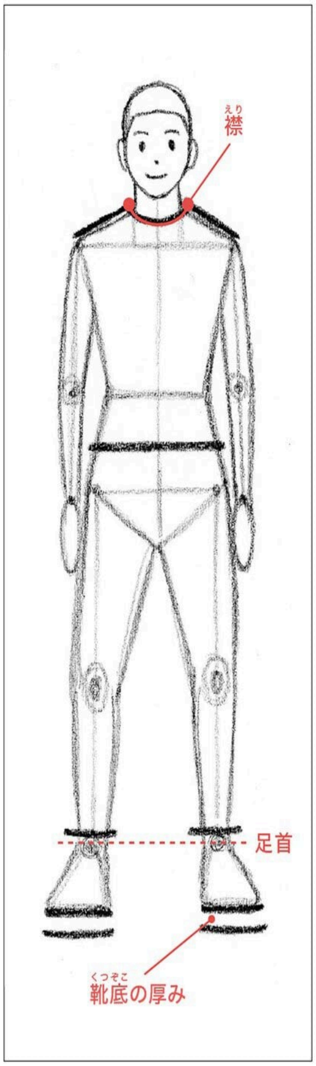
やってみよう

正面向きの顔を描いてみましょう。

（ズボン）腹と脚(あし)のつけ根の中間にズボンのウエスト部分を横線で描きます。

（靴(くつ)）脚(あし)の裏の横線をなぞります。

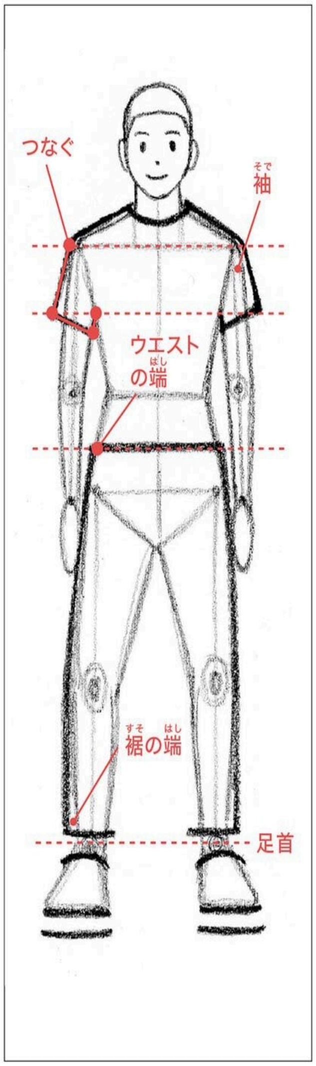
3 首と肩の境目を曲線でつなぎ、襟の部分を描きます。



(ズボン) 足首のやや上に、裾の部分を描きます。

(靴) **2**で引いた線の下に、靴底の厚み部分を描きます。

4 肩とわきから、肩と肘の間のあたりまで、斜め下方向の直線で袖を描きます。

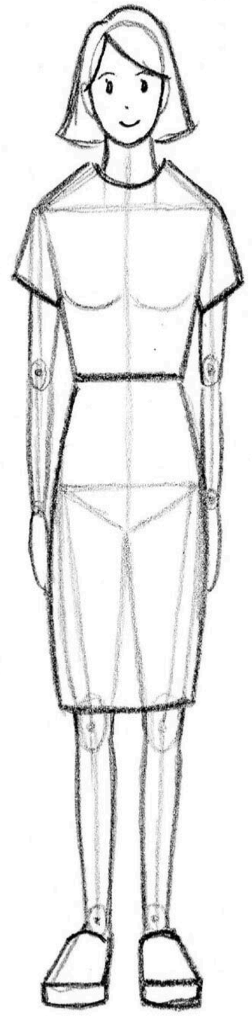


(ズボン) ウエストの端から裾の端まで線でつなぎます。

(靴) 足首のやや下に弧を描いて、靴の履き口の部分を描きます。

やってみよう

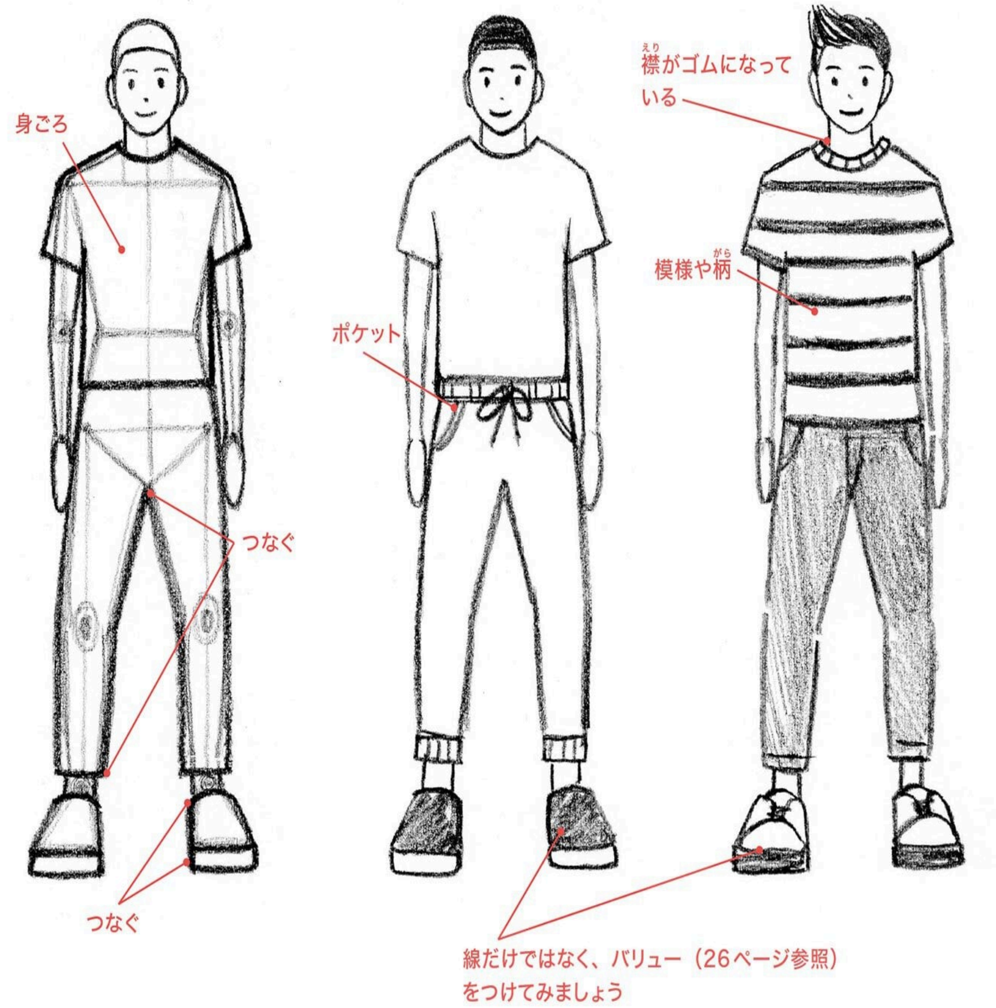
女性の身体の上に服の形を描いてみましょう。



▲膝丈でウエストの位置が高いタイトスカートの場合

完成 わきからウエストのあたりまで線を引き、身ごろの形を描きます。

やってみよう 細かい情報を描き足して、衣装をデザインしてみましょう。



（ズボン） 股の部分から内側の裾まで線でつなぎます。

（靴） 履き口部分の両端から靴の底まで線でつなぎます。

▲ウエストをヒモで結んだスウェットパンツ

▲Tシャツの裾を出した場合

09

Study

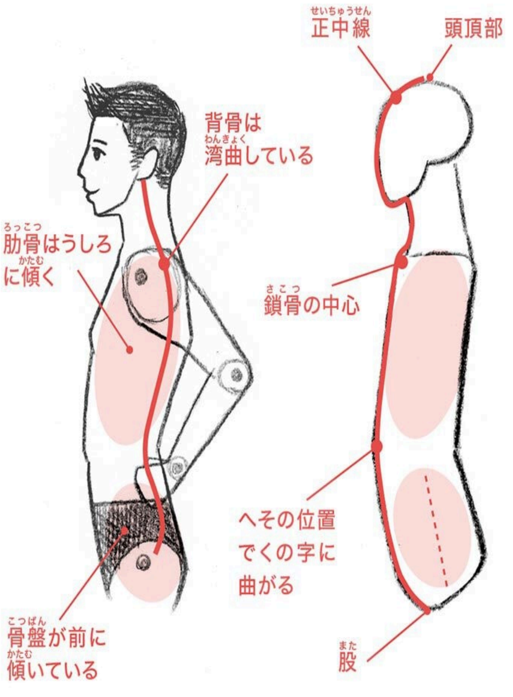
横向きの身体の形をとらえよう

横向きの身体の形を描くためのポイントを押さえましょう。

上半身の正中線が「くの字型」になる

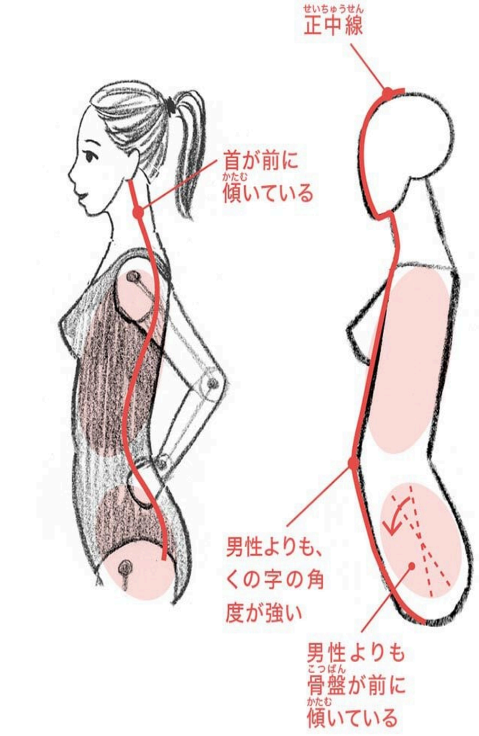
背骨は正面から見ると直線ですが、横から見るとS字型に曲がっています。そのため、肋骨は背中側へ傾き、骨盤は腹側へ傾くため、身体の前面を通る正中線は「くの字型」になります。この上半身の正中線をとらえられれば、横向きの身体の形を描けます。また、くの字型の角度を強くすると、女性らしい体型を表現できます。

男性の場合



▲左側面から見た人の正中線は、へその位置でくの字に曲がる

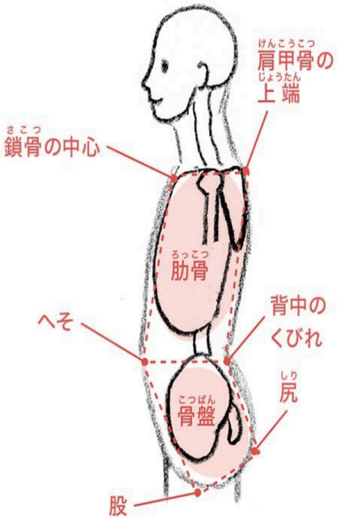
女性の場合

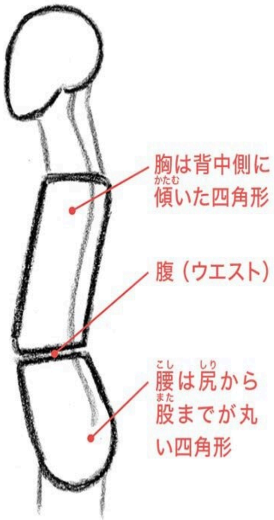


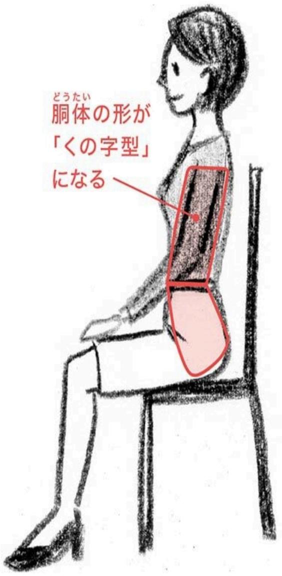
▲骨盤が前に傾くため、背骨のS字曲線のカーブが強くなる。背中のくびれが強くなり、首もやや前に傾く

胴体の形をシンプルにとらえる

横向きの胴体も、胸・腹・腰をシンプルな形でとらえれば、描きやすくなります。胸の形は四角形、腰は股と尻を曲線でつないだ四角形に置き換えましょう。背筋を伸ばした姿勢では、胴体の形が「くの字型」になります。

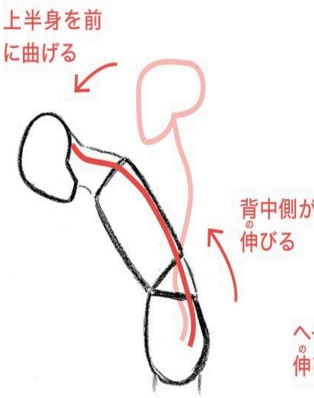




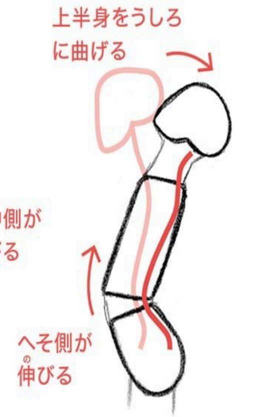


背骨の動きによって、腹が伸び縮みする

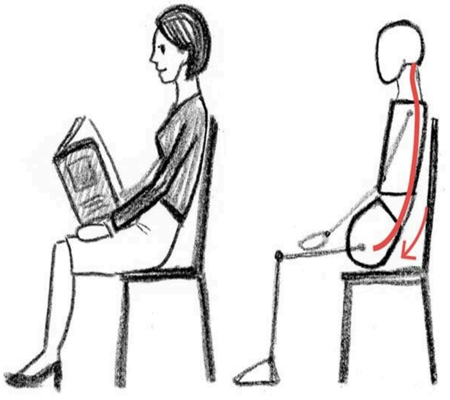
腹は肋骨と骨盤の間のウエスト部分のことを指します。背骨を曲げると腹が伸び縮みして、へそ側と背中側で腹の形が変わります。



▲前に曲げると、背骨が丸まって背中側が伸びます。



▲うしろに曲げると、背骨が反ってへそ側が伸びます。



▲背もたれに寄りかかって座った場合、背骨が丸くなって背中が伸びます。

10

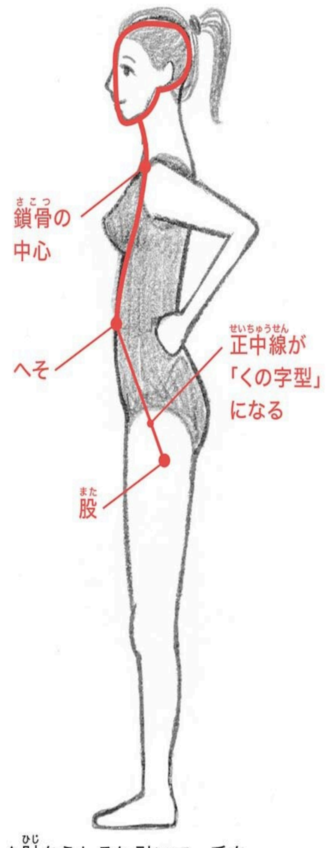
Work

横向きの身体を描こう

上半身の正中線（せいちゅうせん）が「くの字」になるように、横向きの女性の身体を描きます。

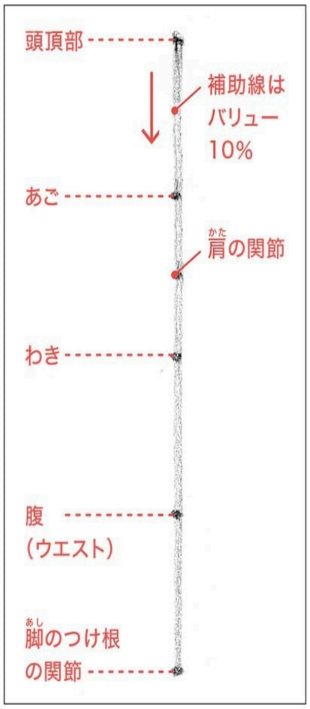
上半身を描く

まず横向きの顔を描き、鎖骨（さこつ）の中心、へそ、股（また）をつないで、身体の前面を通る「くの字型」の正中線（せいちゅうせん）を描きます。



▲肘（ひじ）をうしろに引いて、手を腰（こし）に当てたポーズを描きます。

1 上半身の補助線として縦線を描き、4等分する位置に点を描きます。上から2番目と3番目の点の中間に、肩（かた）の関節となる点を描きます。



練習（れんしゅう）のコツ

下半身を描く余白（縦線と同じ長さの分）を、下に残して描き始めましょう。

2 頭頂部とあごの点を目安に、66〜67ページを参考に横向きの顔の形を描きます。

練習（れんしゅう）のコツ

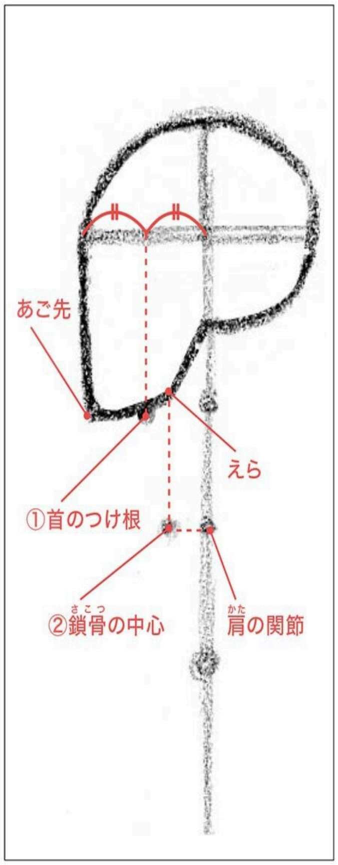
目鼻口などの細かい部分は、全身のバランスが整ってから、最後に描くとよいでしょう。

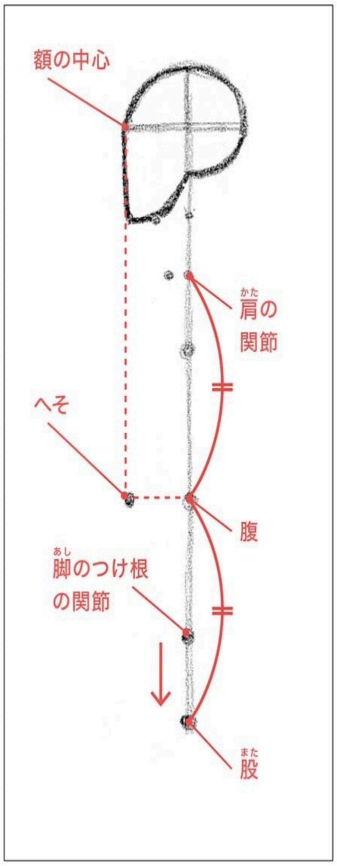
3 図のように、首のつけ根と、鎖骨の中心に点を描きます。

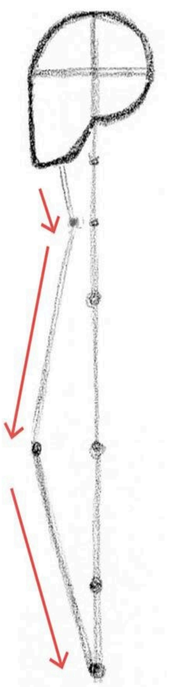
4 顎の中心と腹の位置を目安にへそを描きます。**1**で描いた縦線を下へ伸ばして股の点を描きます。

完成

3と**4**で描いた点を直線でつないで、身体の前面を通る正中線の完成です。

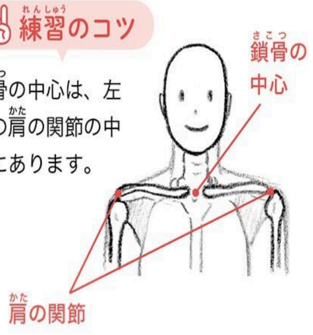






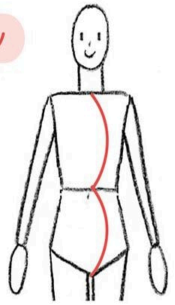
練習のコツ

鎖骨の中心は、左右の肩の関節の中間にあります。



練習のコツ

肩の関節〜腹までと、腹〜股までは、ほぼ同じ長さです(93ページ参照)。

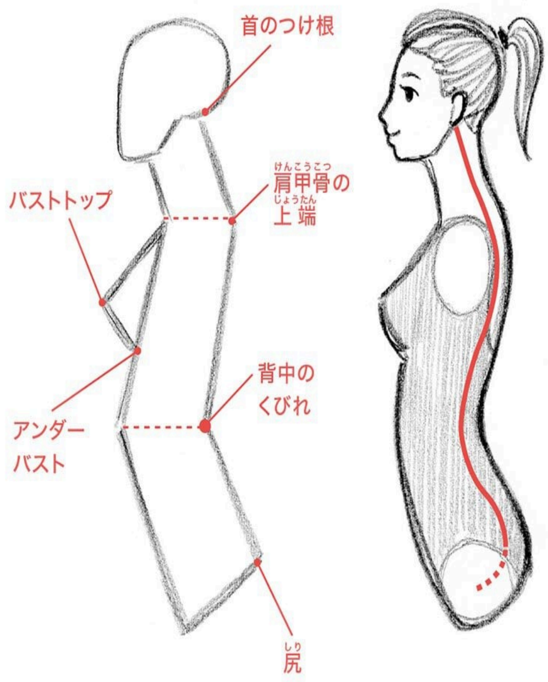


練習のコツ

最後に全体の輪郭を整えるので、ここでは補助線（バリュー10%）として描いておきましょう。

首、胸、腰の形を描く

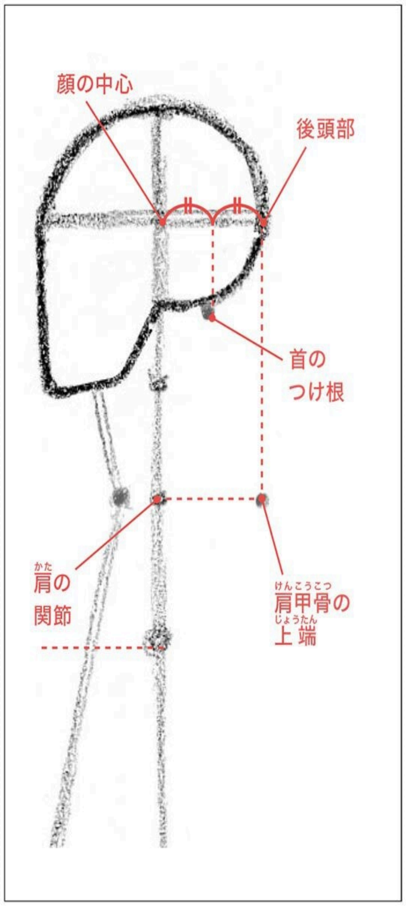
それぞれの形をシンプルな形に置き換えましょう。



▲首と腰は四角形、胸は四角と三角形の組み合わせで表せます。

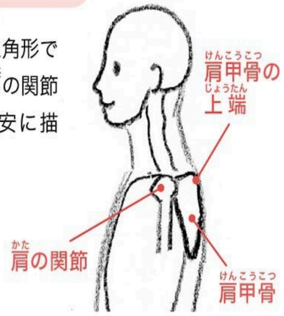
▲背中は、背骨のS字を意識して曲線でつなぎます。

1 首を描きます。下の図を参考に、首のつけ根と、肩甲骨の上端に点を描きます。



やってみよう

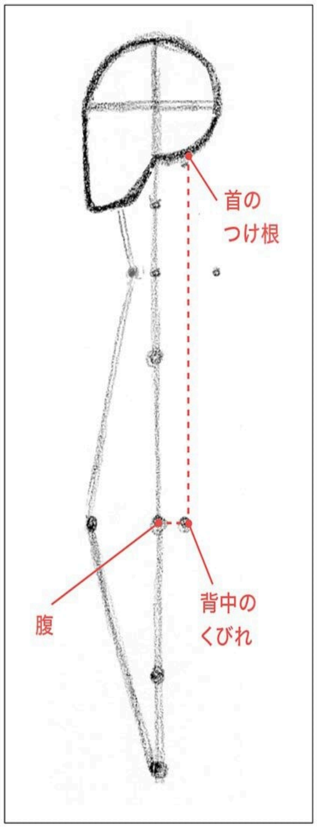
肩甲骨は、三角形です。上端は肩の関節の位置を目安に描きます。

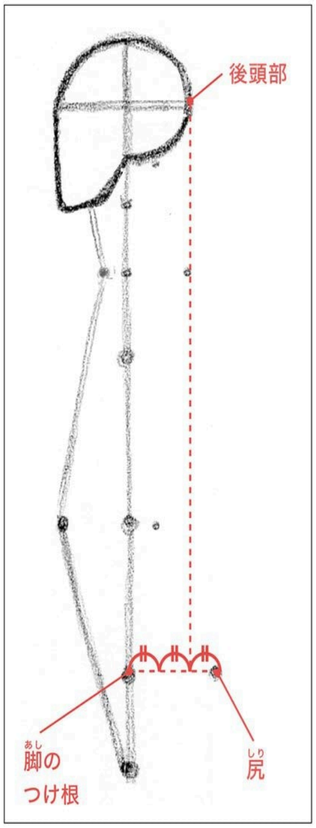


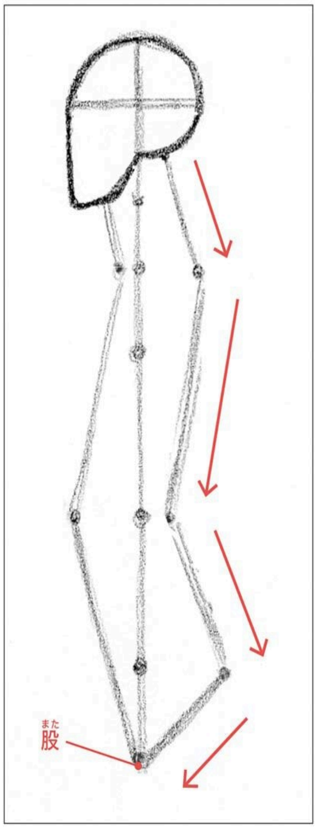
2 首のつけ根と腹の位置を目安に背中のくびれを描きます。

3 脚のつけ根と後頭部を目安に、尻の点を描きます。

4 1、2、3で描いた点と股の点を直線でつなぎます。

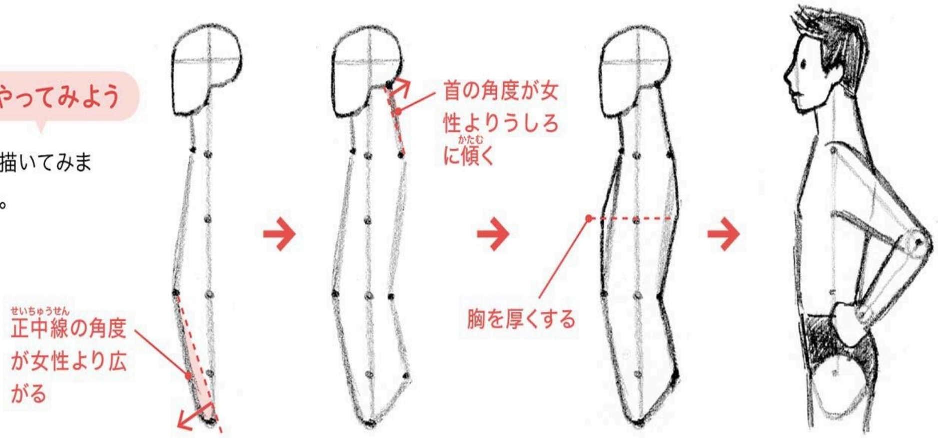




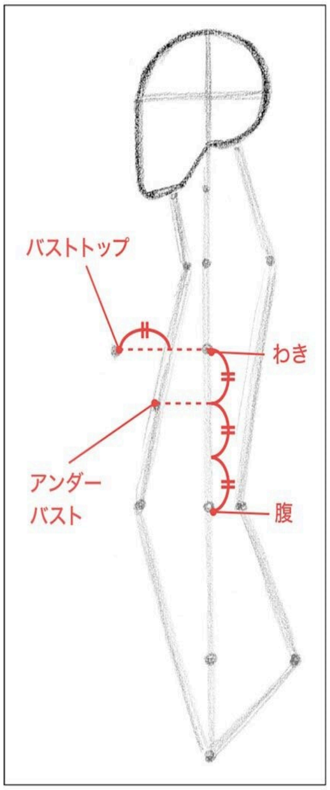


やってみよう

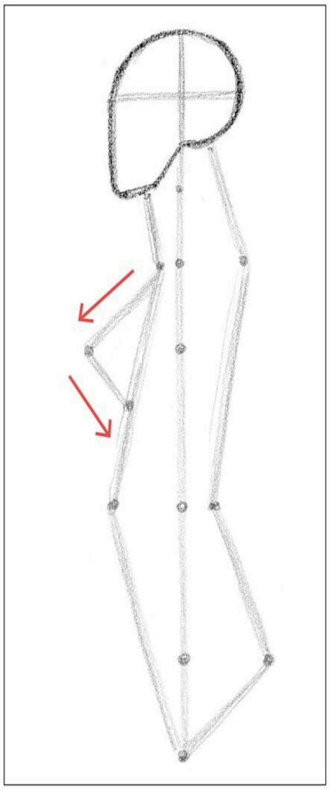
男性を描いてみましょう。



5 わきを目安にバストトップの点を描き、わきから腹までの1/3程度の位置にアンダーバストの点を描きます。

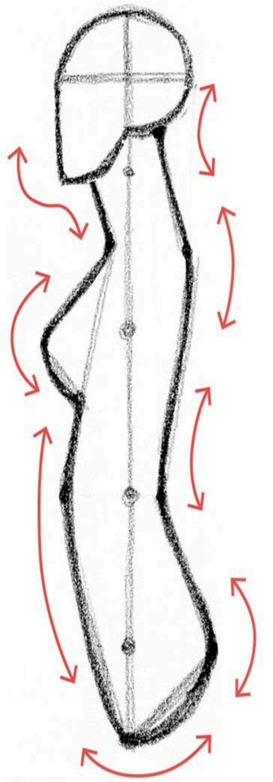


6 鎖骨（さこつ）の中心の点と、**5**で描いた点を直線でつなぎます。



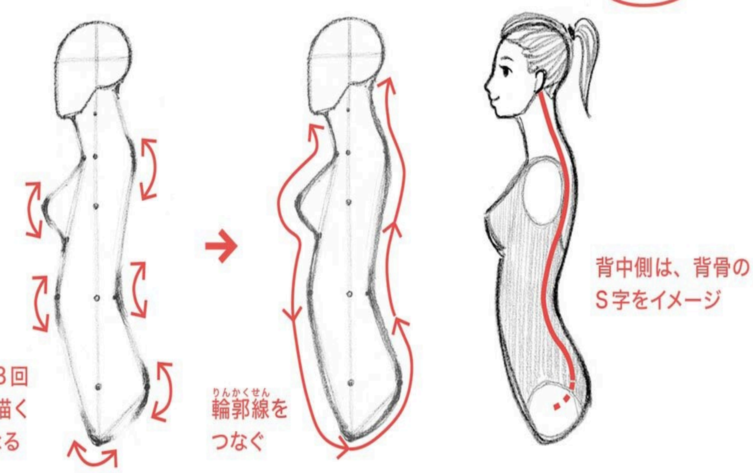
完成

練習のコツを参考に、輪郭線（りんかくせん）を曲線でつないで整えたら完成です。



練習（れんしゅう）のコツ

角を丸めるように点の上に弧（こ）を描きながら、全体の輪郭線（りんかくせん）を整えます。

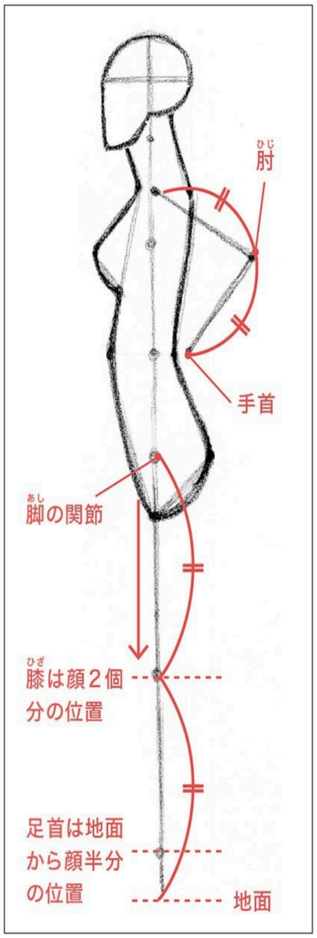


腕と脚を描く

1 (腕) 背中のくびれに手首の点を描き、上腕と前腕が同じ長さになるように肘を描きます。関節をつないで腕の骨を描きます。

2 (腕) 握った手と手首を描きます。ここではシンプルに丸で表現します。

3 (腕) 96ページを参考に肘と手首に丸を描きます。



1 (脚) 脚の関節から下方向に、上半身と同じ長さの縦線を描き、膝と足首の関節に点を描きます。

2 (脚) 横向きの足の形を描きます。

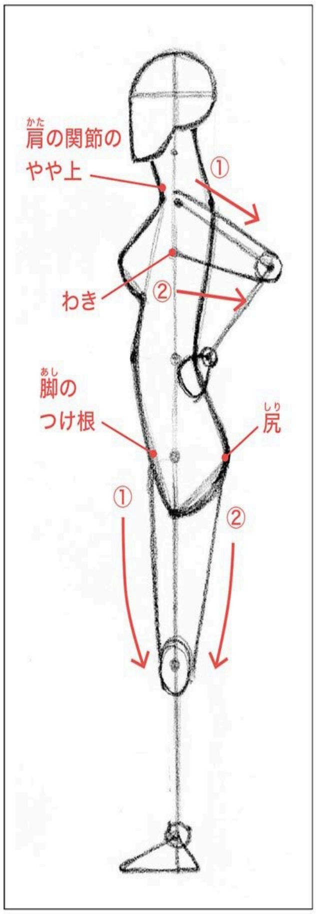
3 (脚) 膝と足首に丸を描きます。

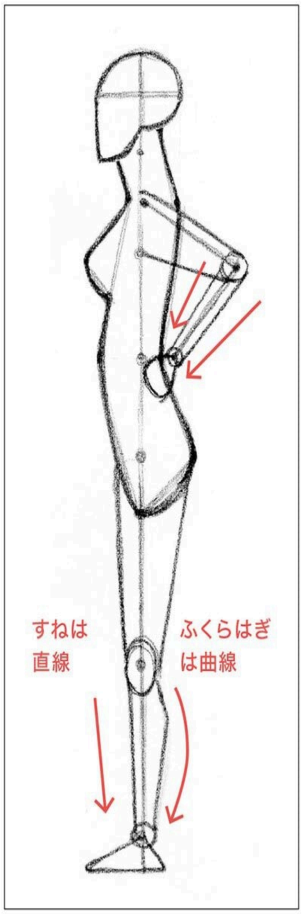
4 （腕）①肩の関節の少し上から肘まで②わきから肘までをそれぞれ曲線でつなぎます。

5 （腕）肘と手首の関節をつないで、前腕の形を描きます。

完成

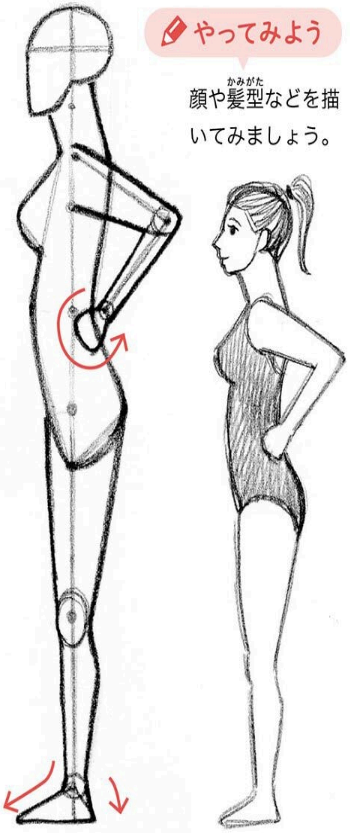
手首から先、足首から先をつなぎ、全体の輪郭を整えたら完成です。





やってみよう

顔や髪型などを描いてみましょう。



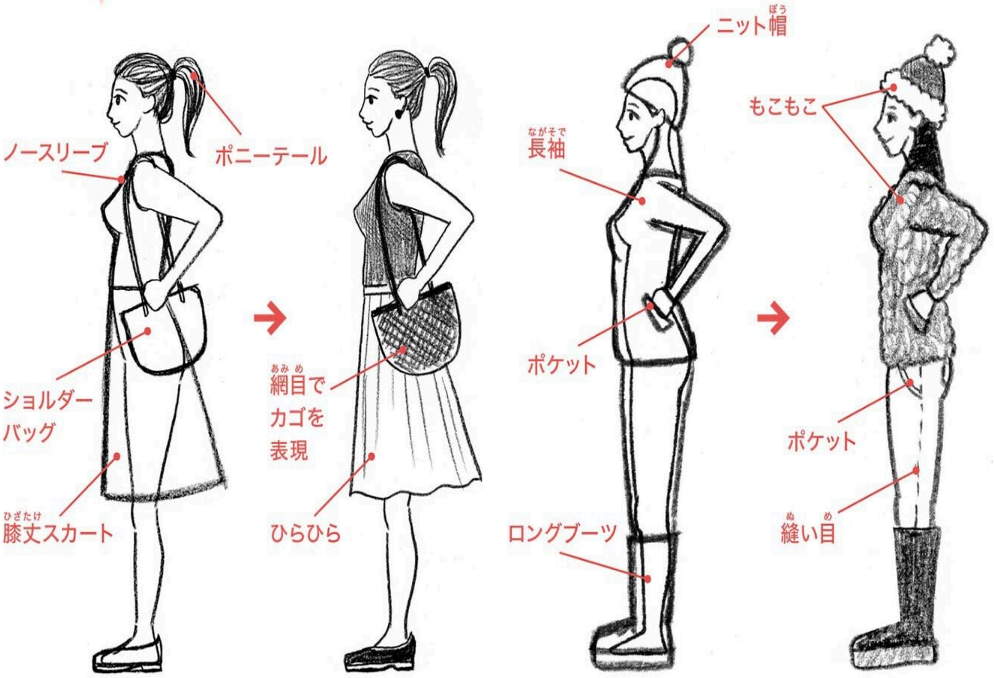
4 （脚）①脚のつけ根と膝の左端、②尻と膝裏を曲線でつないで、太ももの形を描きます。

5 （脚） 練習のコツを参考に、ひざ下の形を描きます。

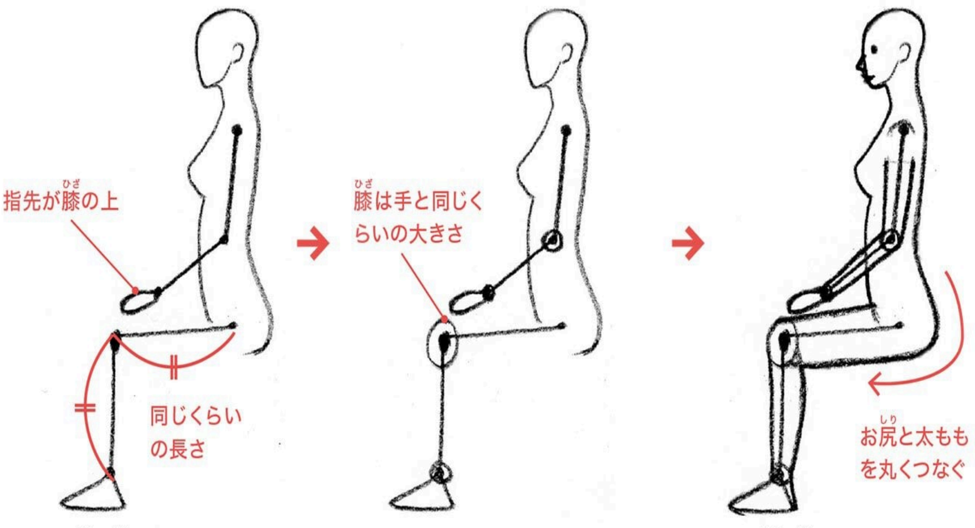
練習のコツ

すねは、骨が近いので直線で描きます。ふくらはぎは、上部にある筋肉の膨らみを意識して描くとよいでしょう。

やってみよう 服装や髪型を描いてみましょう。



やってみよう 腕と脚の角度を変えて、座っている人を描いてみましょう。



▲腕と脚の骨を描く　▲関節の形を描く　▲腕と脚の形を描く

11 洋服を着ている身体の形をとらえよう

Work

写真を例に、洋服を着ている人を描くためのポイントを押さえましょう。

骨と関節をとらえる

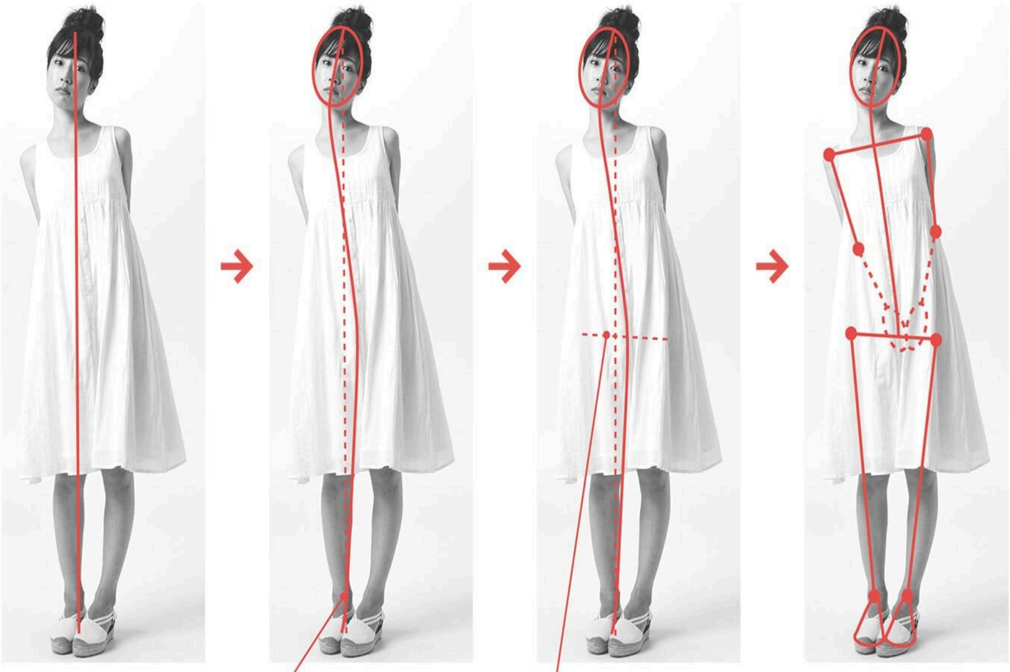
ここまで学んできたことを使って、写真のポーズの骨格をとらえましょう。

身長を割り出すために頭からかかとまで1本の線を引きます。

正中線の動きと、顔の大きさをとらえます。

正中線の真ん中に腰があります。

関節の位置関係をとらえます。



左右が非対称で、動きのあるポーズの場合、正中線はS字になる（84ページ参照）

服などで隠れている場合でも脚のつけ根の位置をとらえることができる

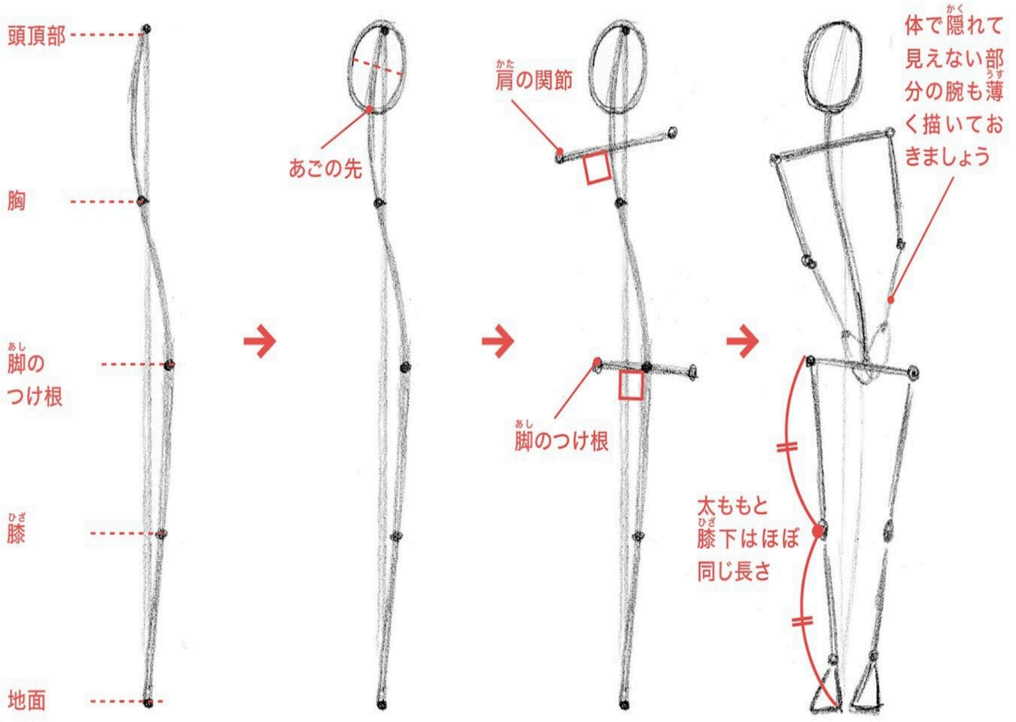
やってみよう　骨格を描いてみましょう（86〜90ページ参照）。

1 1本線を引き、ゆるやかなS字の正中線を描き、4等分します。

2 頭頂部と胸の真ん中があご先になるように、正面向きの顔を斜めに描きます。

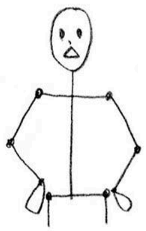
3 正中線と直角になるように、肩と腰を描きます。肩と脚の関節を黒丸で描きましょう。

完成
腕と脚を描きます。肘と膝、手首と足首の関節を黒丸で描き、手と足を描いたら完成です。

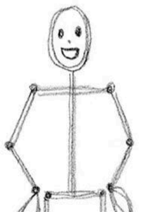


練習のコツ

補助線（バリュー10%）は1本の線ではなく、2〜3本の線で太めに描くとよいでしょう。



◀1本線で一筆書きのように描くと、バランスがくずれやすい



◀2〜3本の線で大雑把に描き始めるほうが、最終的にバランスを整えやすい

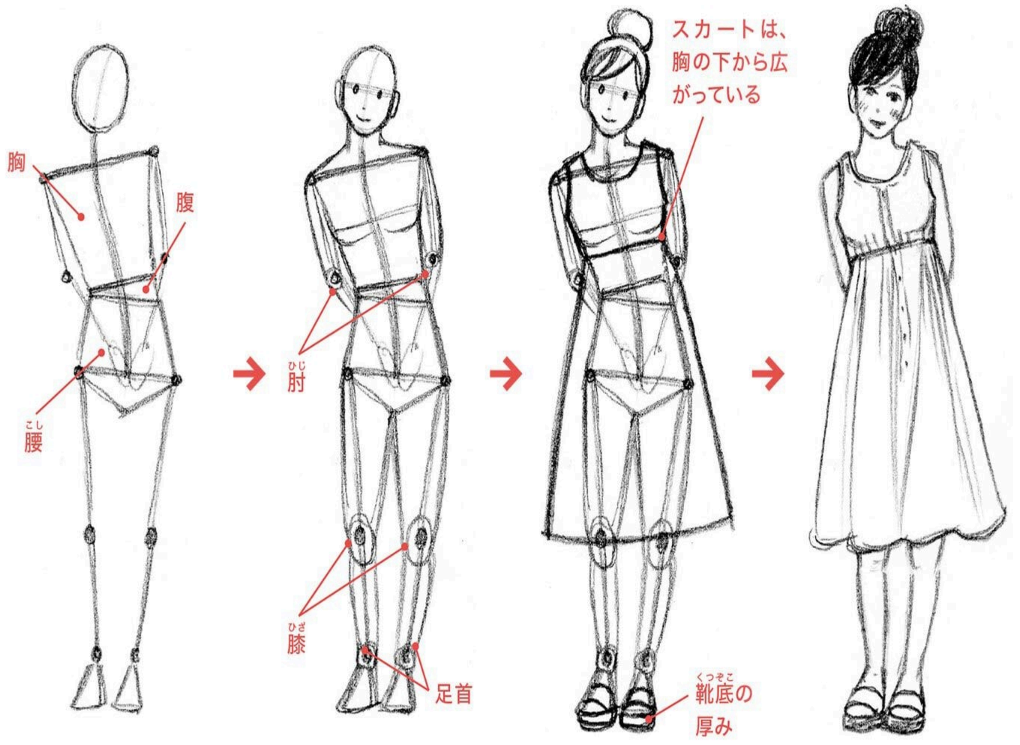
やってみよう　骨格の上に体や服装の形を描いてみましょう（101～103ページ参照）。

1 胴体の形を描きます。

2 関節に丸を描き、腕と脚の形を描きます。顔と首を描き、輪郭線を整えます。

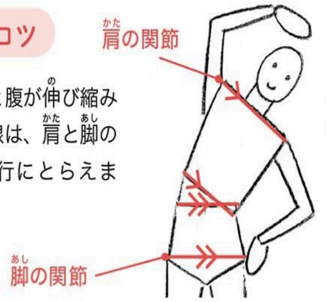
3 服装や髪型の形を描きます。

完成 補助線を消して、輪郭を整えてバリューを描いたら完成です。



練習のコツ

身体を曲げると腹が伸び縮みします。腹の線は、肩と脚の関節の線と平行にとらえましょう。



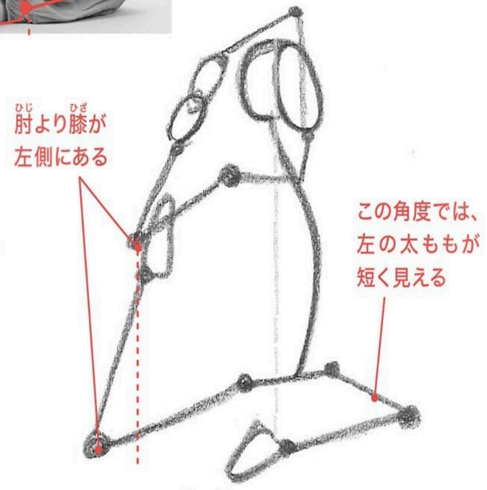
練習のコツ

スカートの裾は、オノマトペをイメージした線で描きましょう（100ページ参照）。

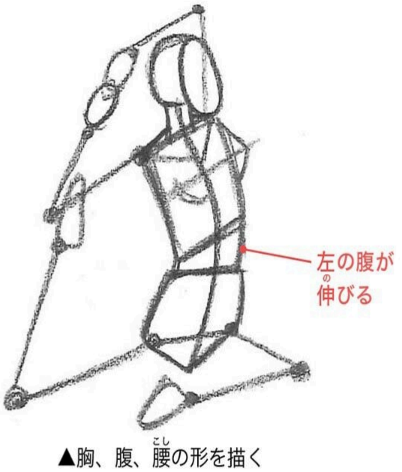
やってみよう

上半身をひねったポーズを
描いてみましょう。

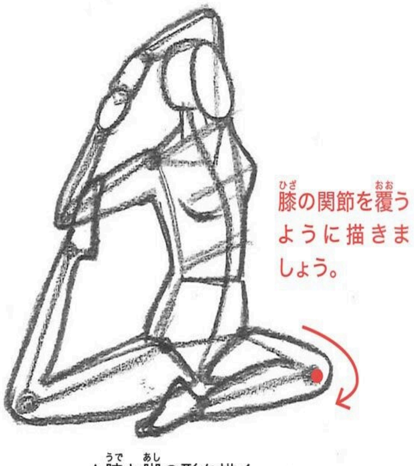
▲頭から地面まで1本の線を引き、正中線、頭、肩と脚の関節を描く



▲腕と脚の骨格を描く

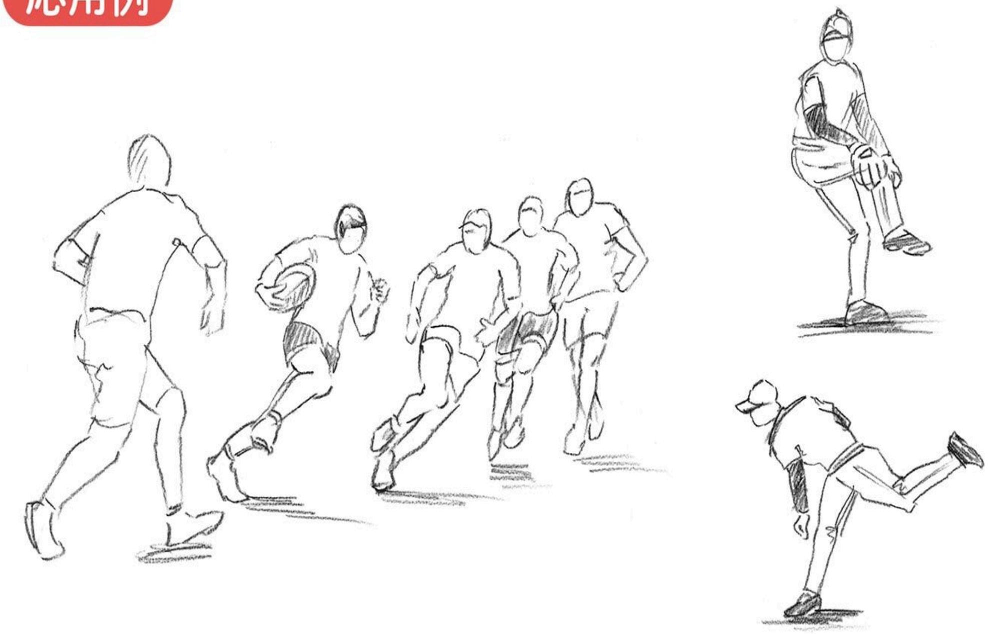


▲胸、腹、腰の形を描く



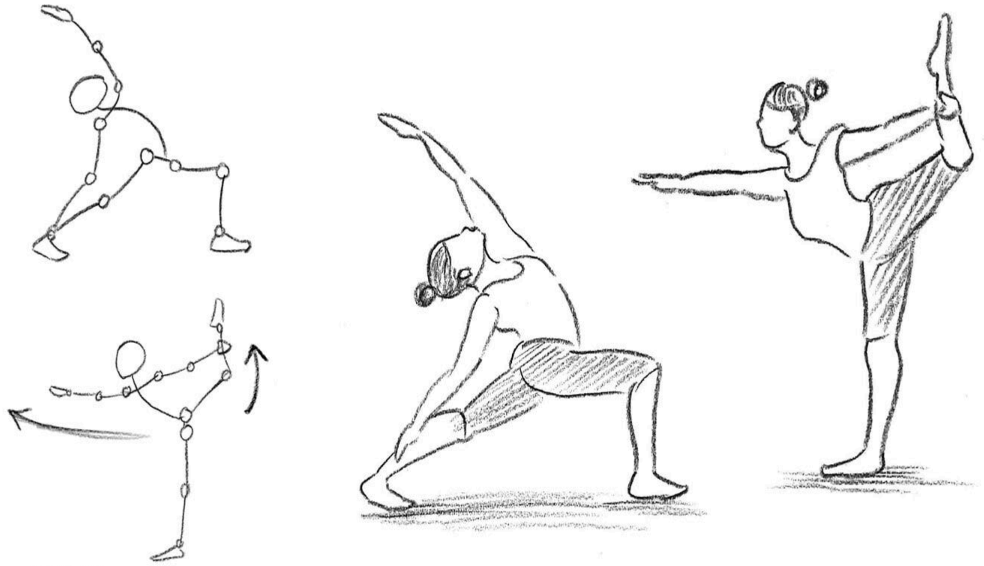
▲腕と脚の形を描く

応用例



[動きの表現]

漫画やイラストなどでスポーツをしている人を描くときは、背骨の傾きや関節の動きをとらえることで、躍動感のある絵を描くことができます。



[ポーズの解説]

ヨガやストレッチなどのポーズの動きを確認するときや、他者に解説するときも、絵を描くことで動きのイメージが明確になります。

[完成イメージの共有]

商品や装飾の完成イメージの共有は、言葉だけだとなかなか伝わらないけれど、絵に描くとすばやく共有できます。また、絵に描くことであいまいな点もはっきりしてくるため、より綿密な計画を立てられるようになります。

Column 一

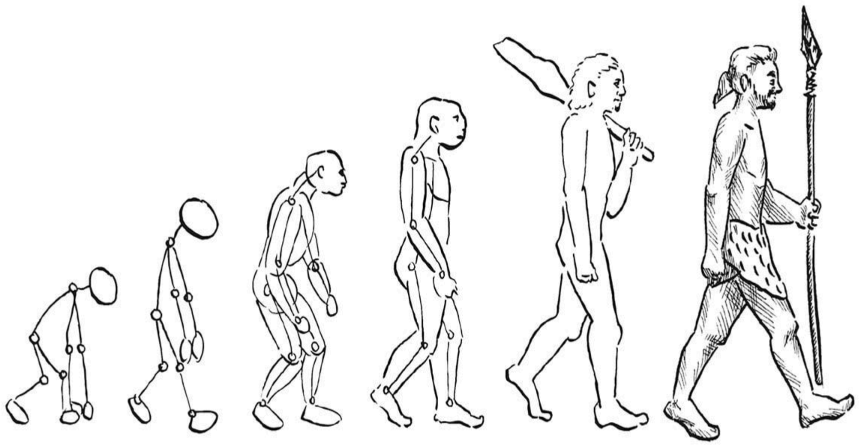
進化の話

生き物の形や機能の進化には理由があります。まず地球の自転の影響によって、すべての生き物がらせん構造で進化し成長してきたので、植物の茎や葉、動物の骨や筋肉、内臓もねじれた形をしています。

現代に生き残っている動物は、古代からの環境の変化に適応するために進化を続けてきました。その過程で細胞、骨、筋肉が圧し合い押し合うことで、身体から頭が押し出されました。

サルから進化した人は、2本足で立ったまま両手を使って行動できるようになりました。しかし、直立した身体のバランスをとるために背骨がS字に曲がったことで、腰痛や肩こりに悩まされることになったのです。また、身体を支え二足歩行するために、足の指は手先のように器用に使う機能はなくなり短く退化していきました。

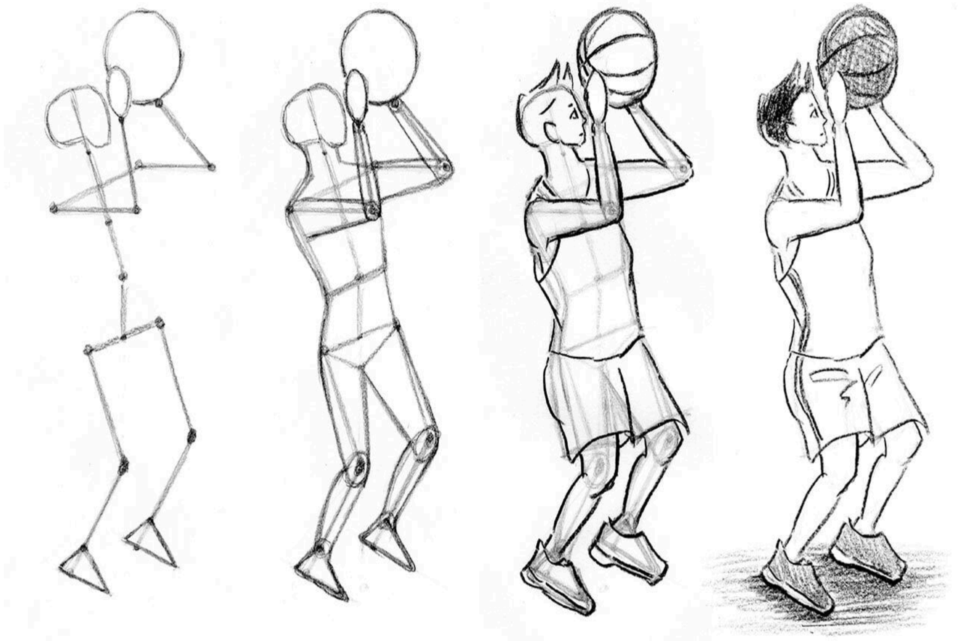
人は、狩りや火を使った生活をしていく中で、両手を使って物を運んだり道具を作ったりするために指や脳の機能は発達していきましたが、便利な道具に頼る習慣がついてしまったので、ほかの動物に比べて運動神経や五感（感覚）機能は退化していったのです。



第 4 章

人物を描こう

これまで学んできた平面的な人の描き方を応用して、斜め向きや奥行きのある人を描いていきます。より躍動感やストーリーが感じられる人物表現ができるようになります。

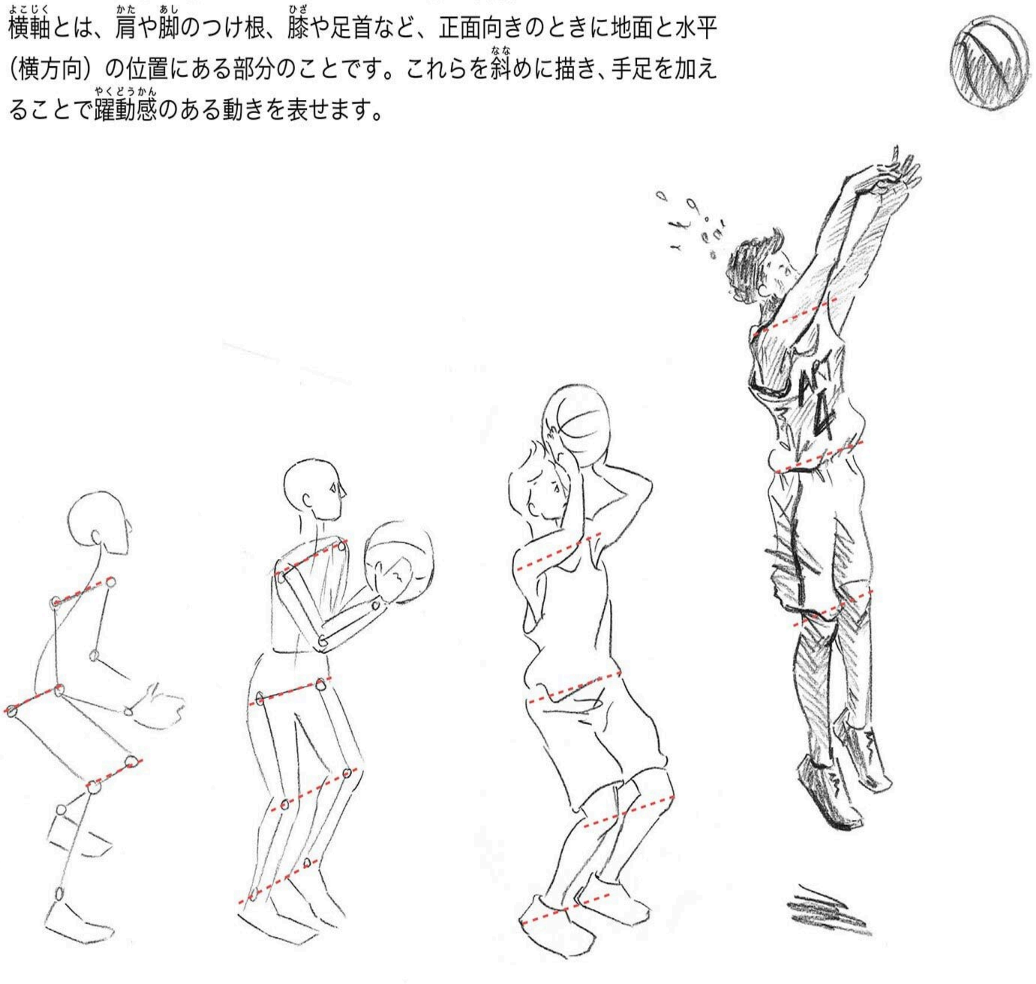


01 Study 斜め向きの身体をとらえよう

斜め向きの身体は、正面向きの身体をアレンジして描くことができます。

奥行きと動きのある身体

斜め向きの身体を描くときのポイントは、身体の横軸をとらえることです。横軸とは、肩や脚のつけ根、膝や足首など、正面向きのときに地面と水平（横方向）の位置にある部分のことです。これらを斜めに描き、手足を加えることで躍動感のある動きを表せます。

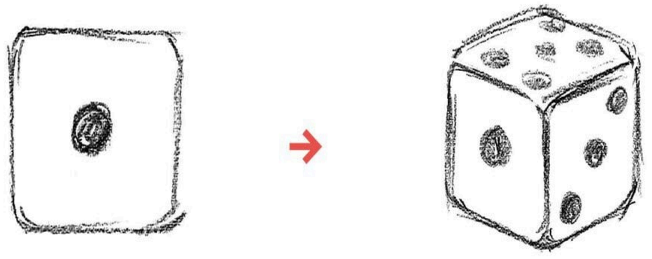


横軸の傾きは動きによって変化する

見る角度によって線や形は変化する

ものは見る角度によって形が変化します。どのような変化が起こるかを知りましょう。

サイコロの例



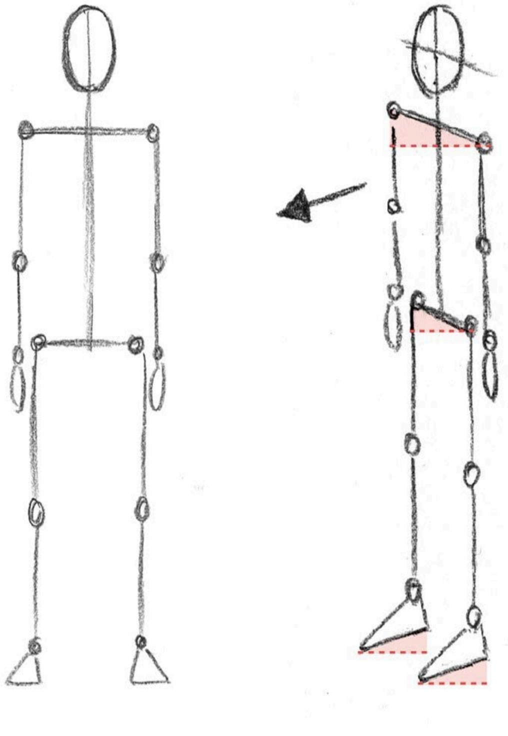
正面から見たサイコロの面は、横の辺はすべて水平で、縦の辺はすべて垂直の正方形である

斜(なな)め上から見ると、左の図では水平だった横辺が斜(なな)めに変化して、面の形もひし形になり奥行(おくゆ)きが出る

斜(なな)め上から見ると奥行(おくゆ)きが出る

身体も斜(なな)め上から見ると、水平だった横軸(よこじく)が斜(なな)めに変化し、奥行(おくゆ)きが出てきます。

正面から見た人



斜(なな)めから見た人

ここでは少し上から見下ろして、20度ほど斜(なな)めから見た人を描いています。斜(なな)めから見ると肩幅(かたはば)などの横軸(よこじく)は少し狭(せま)く見えます。

02

Study

正しいデッサンとは?

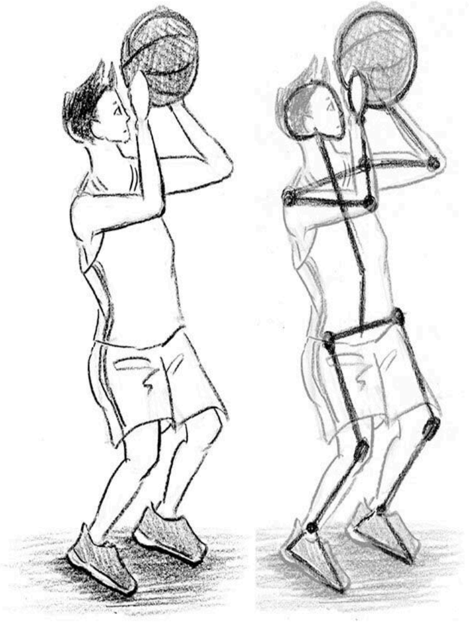
人体比率のバランスがくずれると、間違ったデッサンになります。

骨格と関節を描き入れてみる

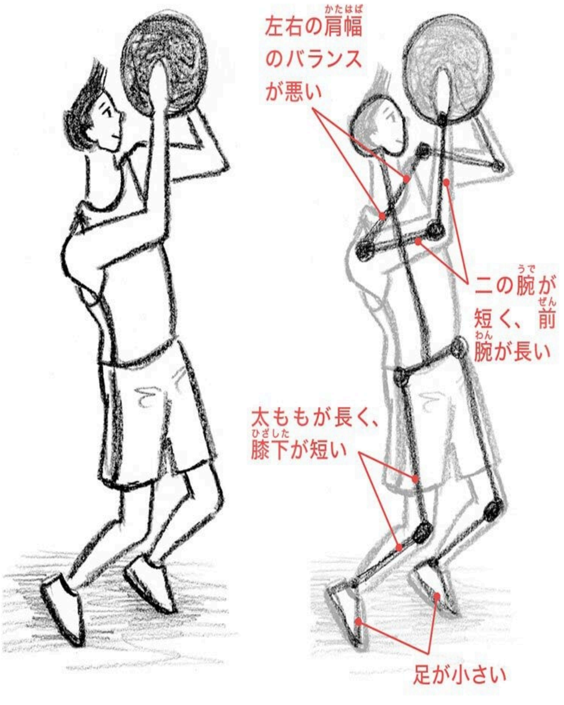
下の絵は、どちらもバスケットボールをしている人を描いたものですが、右の絵のほうが不自然に見えます。骨格と関節を描き入れてみると、右の絵は人体比率のバランスがくずれていることがわかります。これを防ぐためには、骨格を意識した補助線を使って描くことが大切です。こうすることで、人体比率のバランスが整った、正しいデッサンが描けます。

○ 正しいデッサン

× 間違ったデッサン



▲骨格や関節を描き加えてみると、骨格の比率や構造が正しい



▲骨格や関節を描き加えてみると、骨格の比率や構造がくずれている

03 ✎ Work

斜め向きの身体を描こう

斜めの線を利用してバスケットボールをしている人物を描きましょう。

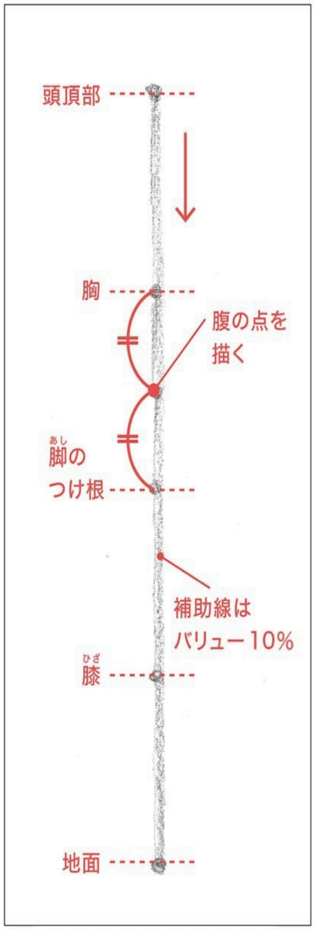
上半身を描く

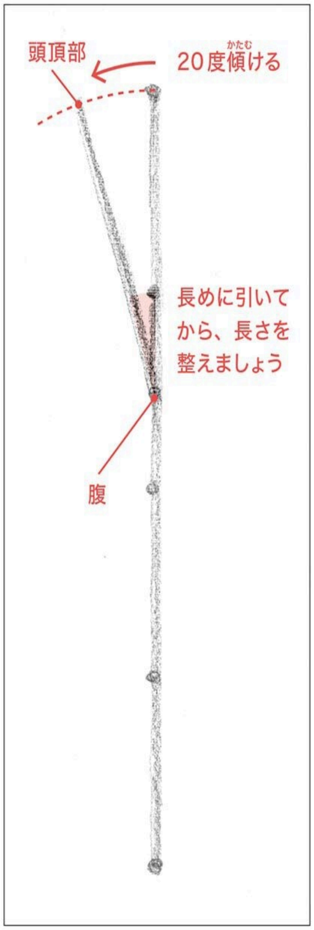
腹から上の身体を、約20度うしろに傾けて、顔、肩、腰を描きます。

1 補助線として縦線を描き、4等分する位置に点を描きます。上から2番目（胸）と3番目（脚のつけ根）の点の間に腹の点を描いておきましょう。

2 頭頂部の左側から腹の点まで、20度ほど傾斜した線を描き、頭頂部の点を描きます。

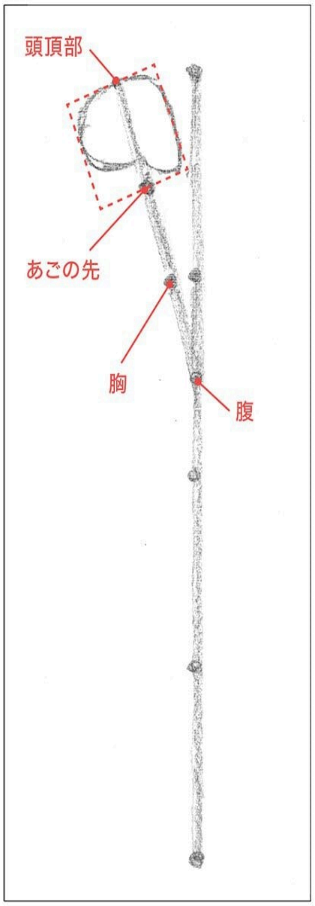
▲額の前にボールを構えているポーズを描く



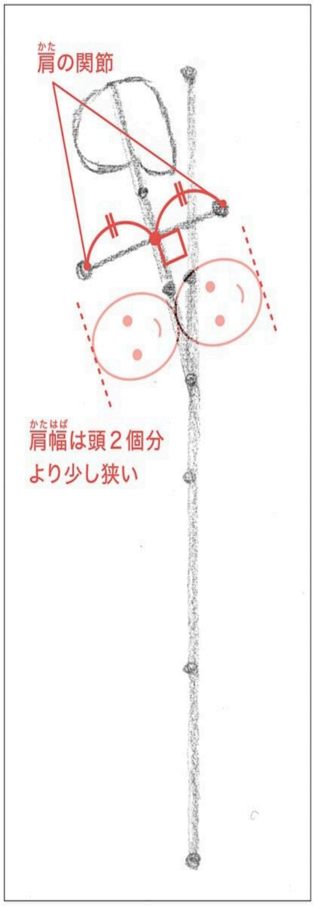


第4章 人物を描こう

3 2で描いた、斜めの線を3等分する点を描き、横向きの顔を描きます。

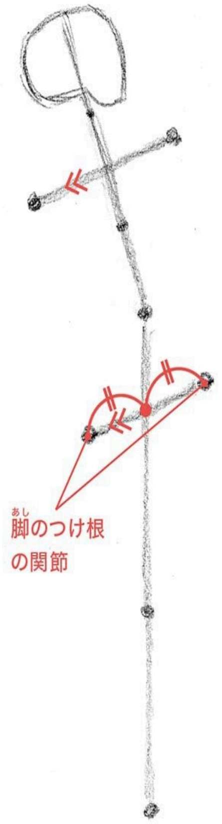


4 肩を描きます。あごの先と胸の真ん中に点を取り、2で描いた線と直角に交わるように肩の線を描きます。肩幅が頭2個分より短くなるように描きましょう。



完成

肩の線と平行になるように、腰を描きます。肩と脚のつけ根の関節を黒丸で描きましょう。ここで、上半身の補助線（腹から上の垂直線）を消しておきます。



練習のコツ

66～67ページを参考に、横向きの顔を描きましょう。

練習のコツ

斜めを向くと、正面向きに比べて横幅が短く見えます。

腕と脚を描く

1 （腕）練習のコツを参考に肩の関節から右方向に横線を描き、肘の関節に点を描きます。

2 （腕）右の前腕を描きます。肘から指先まで斜めの線を描きます。練習のコツを参考に手首に点を描きます。

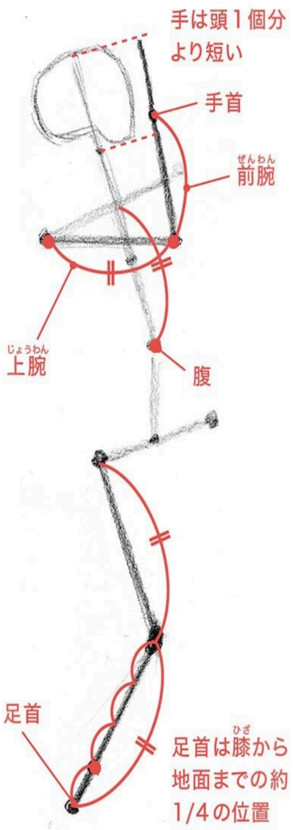
（脚）右脚のつけ根から膝の関節まで線でつなぎ、その線と平行になるように左脚も描きます。

（脚）頭後部の位置を目安に、右脚の地面の点を描き、膝の関節とつないで右脚を描きます。足首の点を描いておきましょう。

練習のコツ

腕や脚の長さ、手の大きさのバランスを確認しましょう。

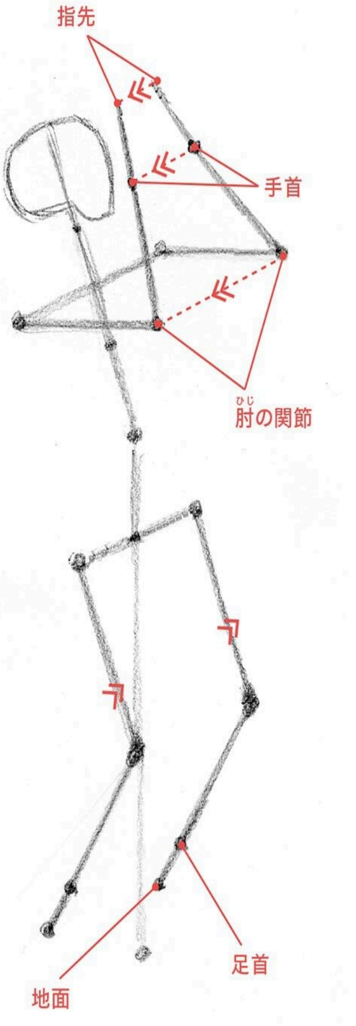
（腕）上腕は、肩の関節の間から腹までと同じ長さで、前腕より長い



（脚）脚の関節から膝、膝から地面までは同じ長さ

完成

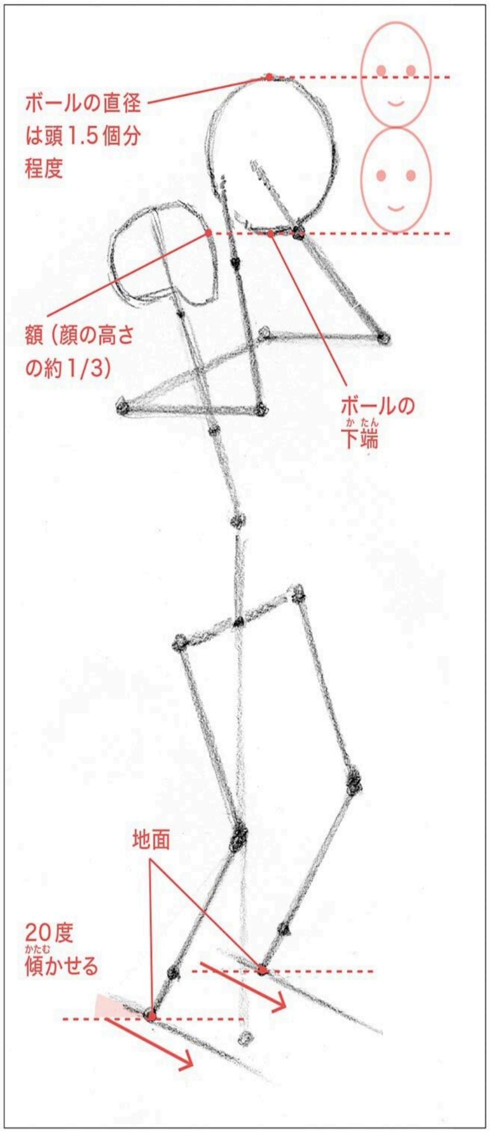
（腕）左腕を描きます。肘、手首、指先の関節の位置が右腕と平行になるようにします。



（脚）右脚と平行になるように、左脚を描きます。

手と足を描く

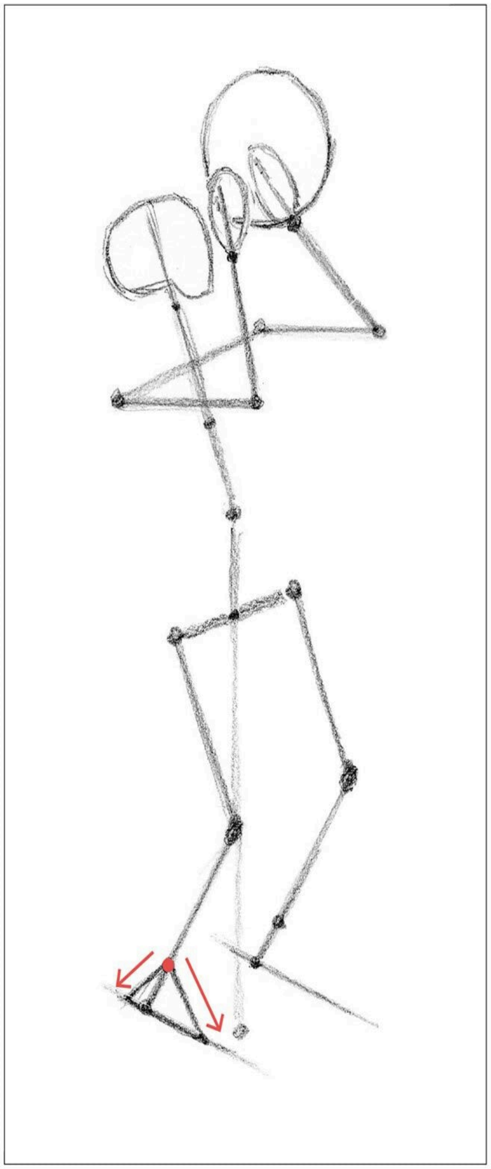
1 （手）ボールを描きます。額の位置がボールの下端になるように、両手の間に円を描きます。



（足）足の補助線を描きます。右脚の地面の点の左右に、水平に対して20度ほど傾く線を引きます。

2

（手）手の形を描きます。ここではシンプルに細長い丸で描きましょう。



（足）練習のコツを参考に、斜め横から見た足の形を描きます。ここではシンプルに三角形で描きましょう。

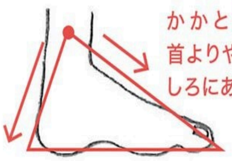
完成

（手）補助線やボールに隠れて見えない部分の線を消して完成です。

（足）足の先が膝の関節と平行になるように、2と同様に左足を描き、補助線を消したら完成です。

練習のコツ

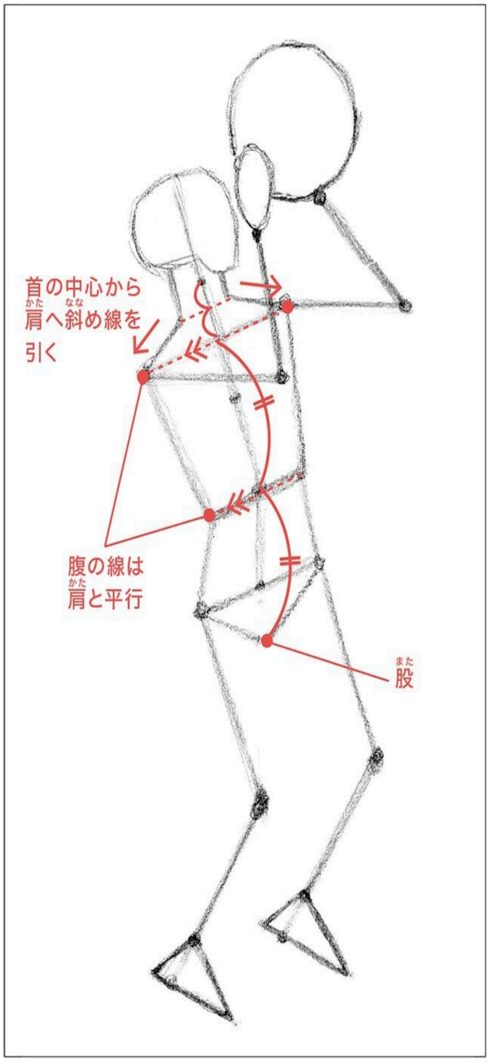
横から見た足の形（83ページ参照）を参考に描きましょう。



▲横から見た足

身体の形を描く

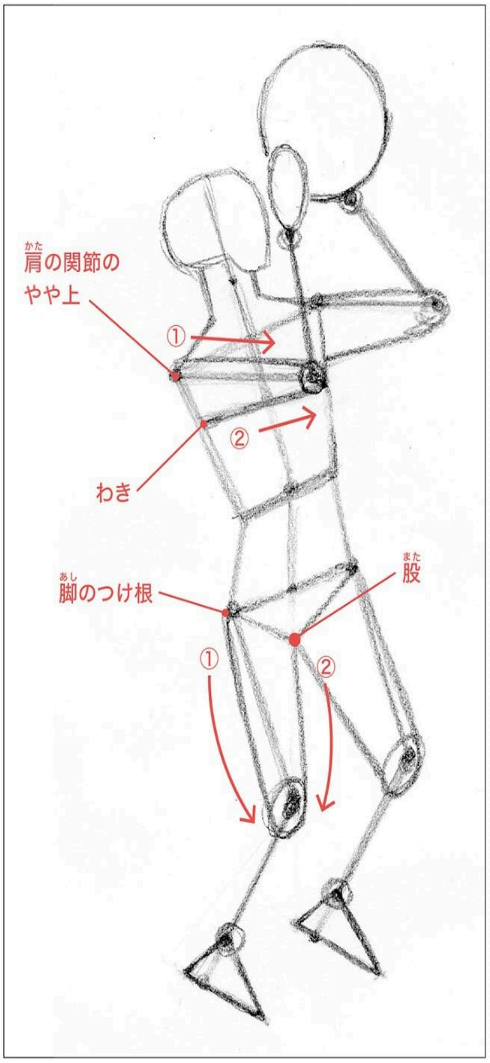
1 下の図と身体の描き方（94～95ページ）を参考に、胴体の形を描きます。



練習のコツ

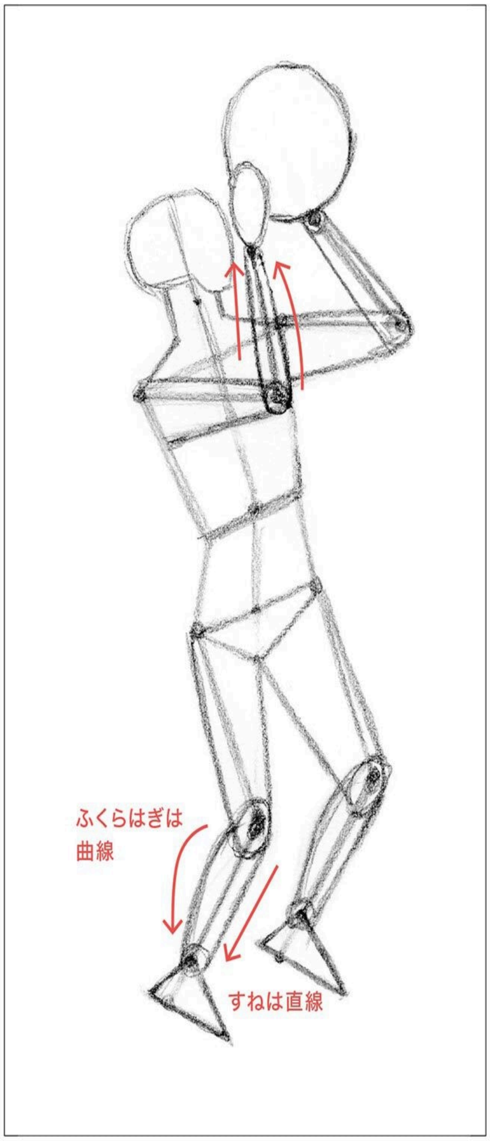
股は、肩から腹までと、腹から股までが同じ長さになるように、正中線を下へ伸ばした位置です（93ページ参照）。

2 (腕) ①肩の関節の少し上から肘まで②わきから肘までをそれぞれつなぎます。



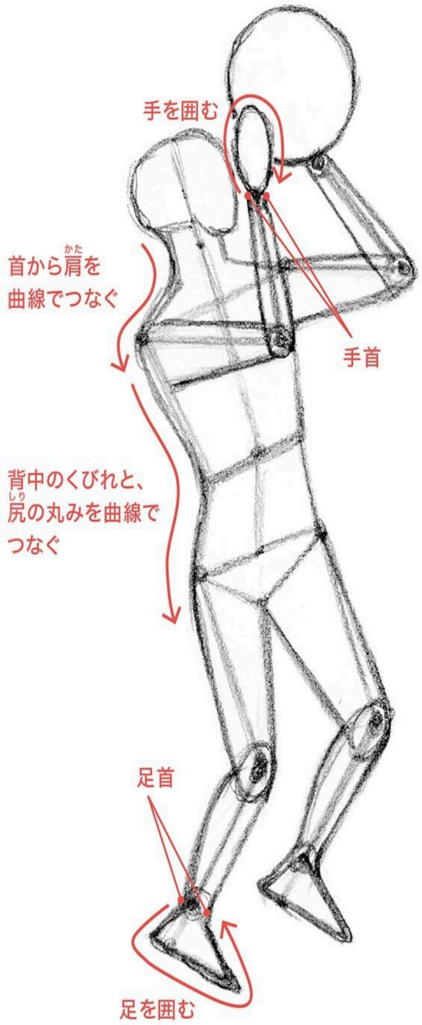
(脚) ①脚のつけ根と膝の左端、②尻と膝裏を曲線でつないで、太ももの形を描きます。

3 （腕）肘と手首の関節をつないで、前腕の形を描きます。



（脚）112ページを参考に、膝下の形を描きます。

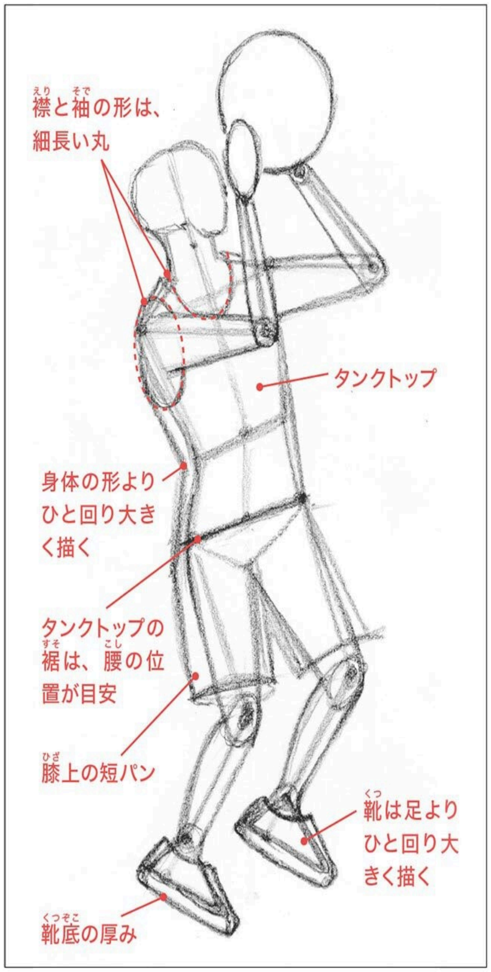
完成 手首から先、足首から先をつなぎ、全体の輪郭を整えたら完成です。



服装の形を描く

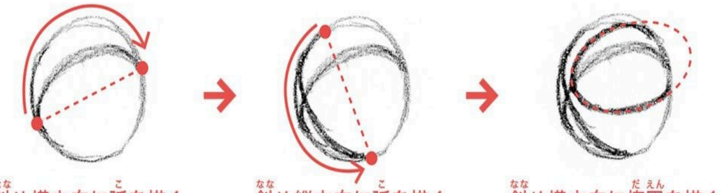
1 下の図や、服を着ている人の描き方（101～103ページ）参考に、補助線として大まかな服装の形を描きます。

2 顔のパーツや髪型を自由に描き、**1**で描いた形の上から、質感を意識した線（100ページ参照）で、細かな服装の形を描きます。



やってみよう

バスケットボールの模様を描いてみましょう。



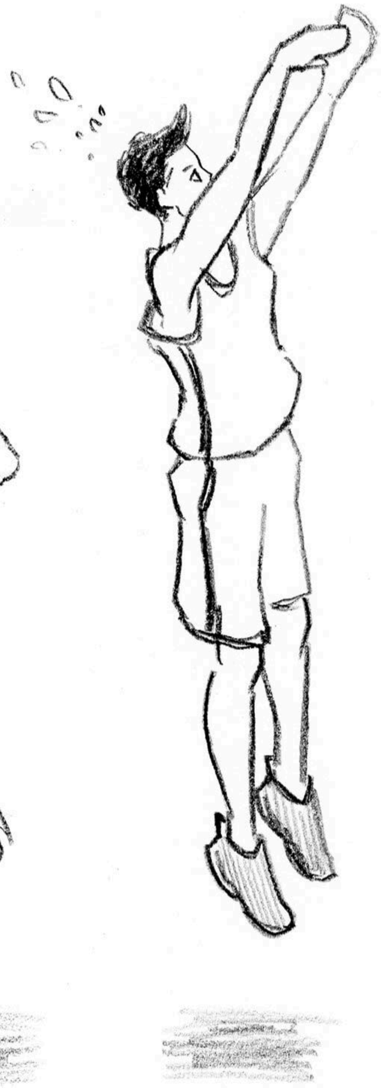
斜め横方向に弧を描く → 斜め縦方向に弧を描く → 斜め横方向に楕円を描く

完成

補助線を消して、輪郭を整えてバリューを描いたら完成です。

やってみよう

シュートしているポーズを描いてみましょう。



練習のコツ

左の絵の骨格を描いてみると、上の絵のようになります。

04

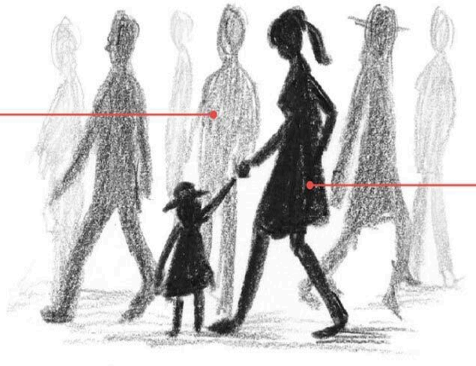
Study

空気遠近法で奥行きを出そう

斜め向きの人物にバリューを使い、さらに奥行きを出していきます。

空気遠近法とは?

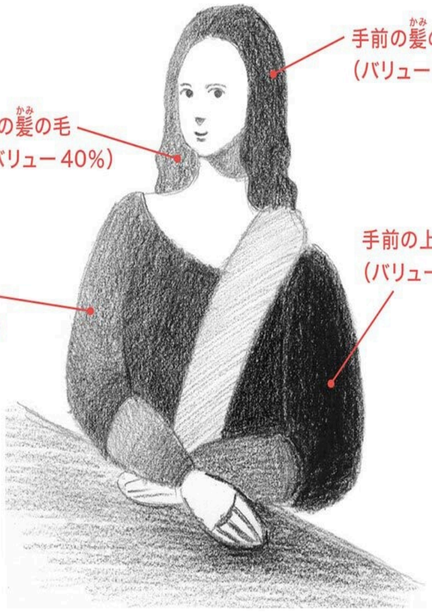
下の絵のように、白から黒までのバリューの差を利用して、近くのものは濃くはっきりと、遠くのものは淡くぼんやりと表現することで、遠近感を出す描き方のことを「空気遠近法」といいます。



濃淡で奥行きを伝えられる

この空気遠近法を利用して、手前を濃く、奥側を淡く描くことで人物画のような目の前にある題材にも奥行きを表現できます。

◀モナ・リザ（レオナルド・ダ・ヴィンチ作）は空気遠近法の代表作。



05

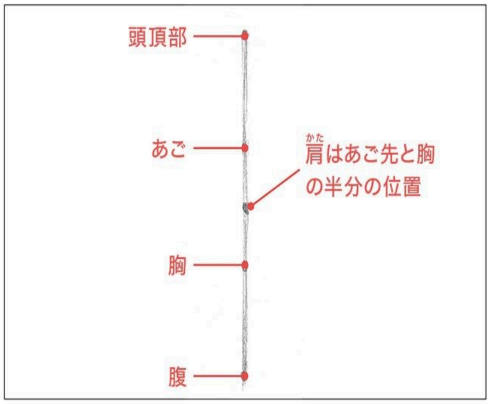
Work

奥行きのある人を描こう

斜め向きに座るモナ・リザ風の人物を描いて、奥行きを表現してみましょう。

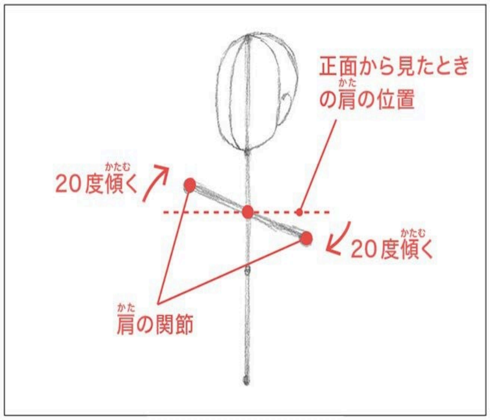
上半身を描く

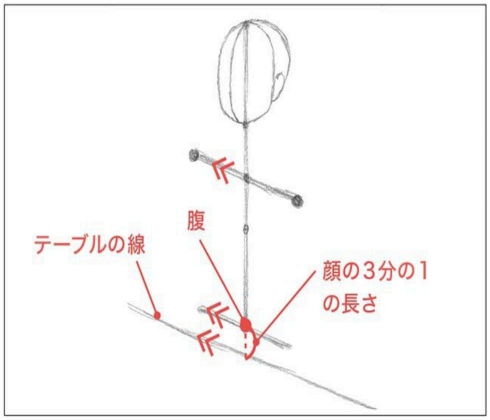
1 補助線の縦線を描き、頭頂部から腹までを3等分します。上から2番目(あご)と3番目(胸)の点の間に肩の点を描いておきましょう。



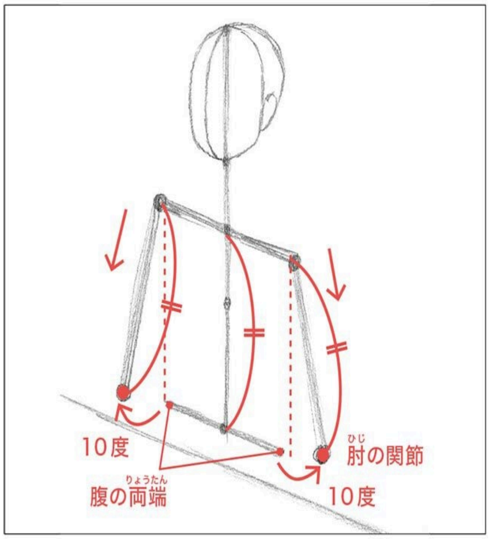
2 斜め向きの顔（60～61ページ参照）を描きます。続いて正中線を起点に20度傾けて肩を描きます。

3 腹とテーブルの線を描きます。いずれも肩と平行です。腹の幅は肩幅より少し短くします。

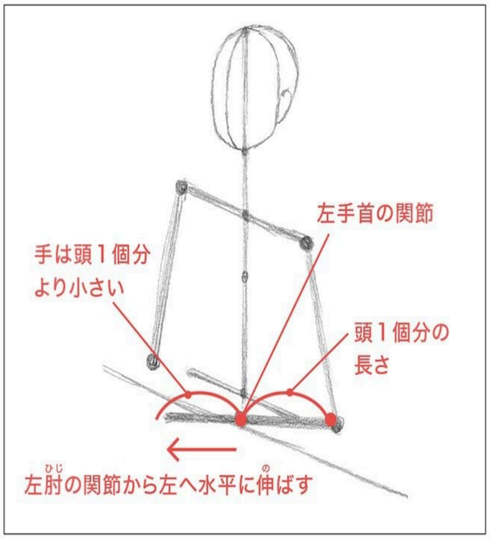




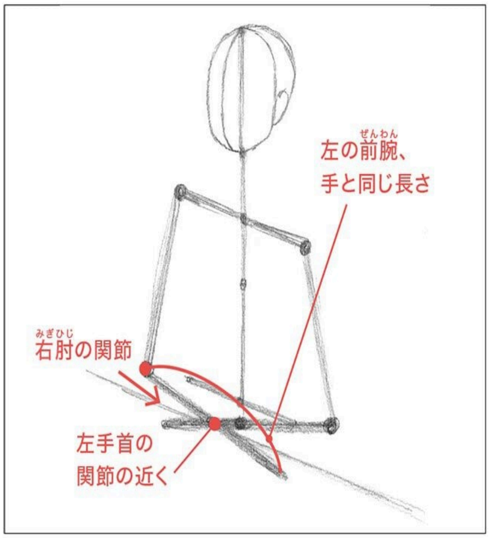
4 左右の上腕はそれぞれ10度ほど外側に広がるように描きます。腹の両端の外側に肘の関節を描き、肩の関節とつなぎます。



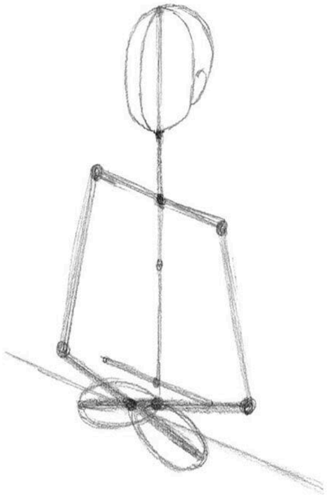
5 左の前腕と手を描きます。手はテーブルの上に乗ります。



6 右の前腕と手を描きます。左の手の上を通る直線を右肘から指先までまっすぐ引いて描きます。

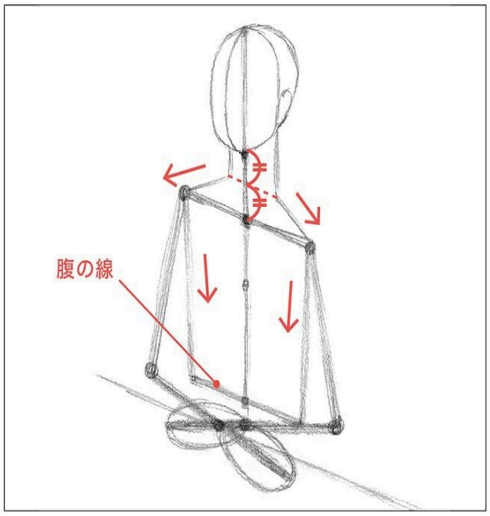


完成 手の形を描き完成です。ここではシンプルに細長い丸で描きます。

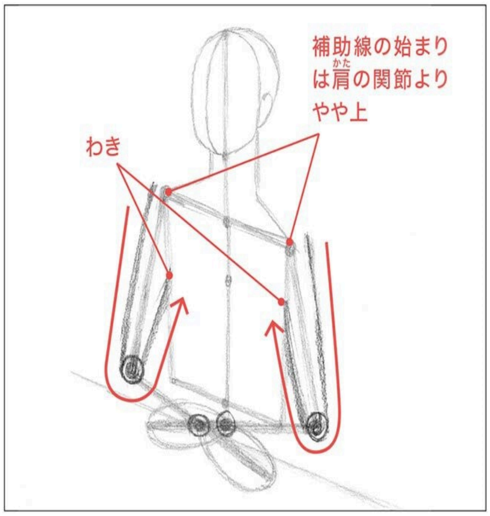


身体の形を描く

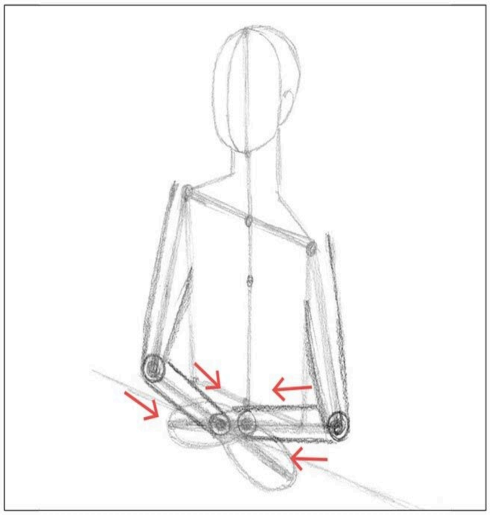
1 下の図と130ページを参考に首と胴の形を描きます。



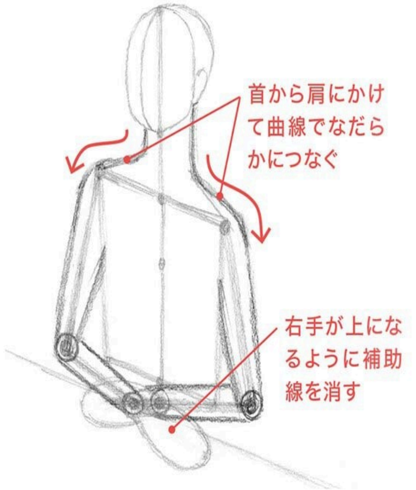
2 肘と手首の関節を丸で囲んでおきます。肩の関節の少し上からわきまで、肘の丸を軸にするように曲線でつないで上腕を描きます。



3 肘と手首の関節をつないで前腕を描きます。

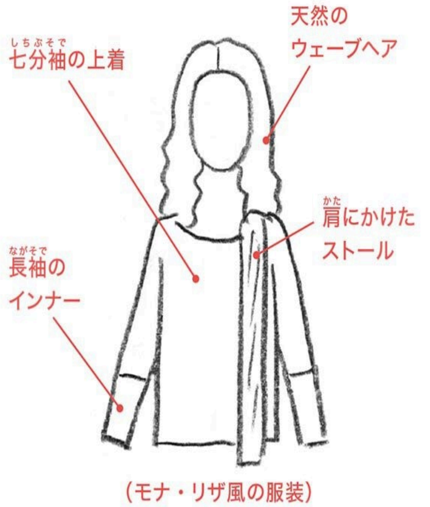


完成 首から上腕〜前腕、手をつなぎ、全体の輪郭を整えたら完成です。



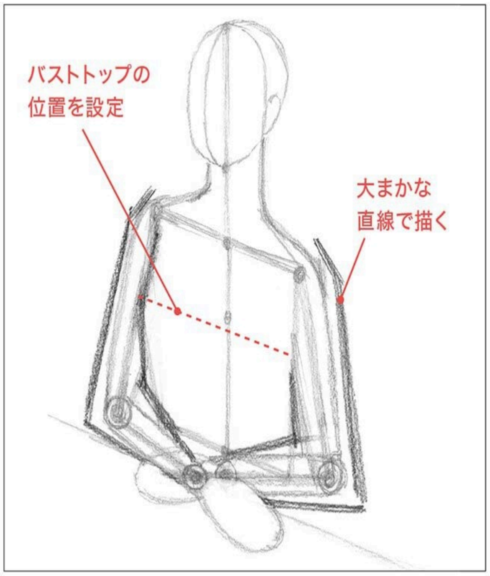
服装と髪型を描く

最初にどんな服装や髪型にするのか
設定しておきましょう。

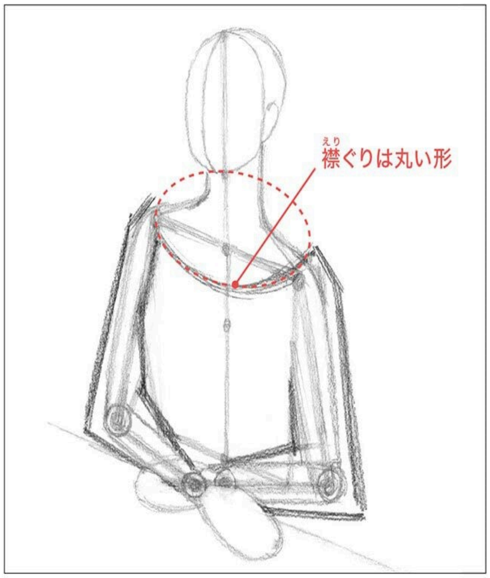


（モナ・リザ風の服装）

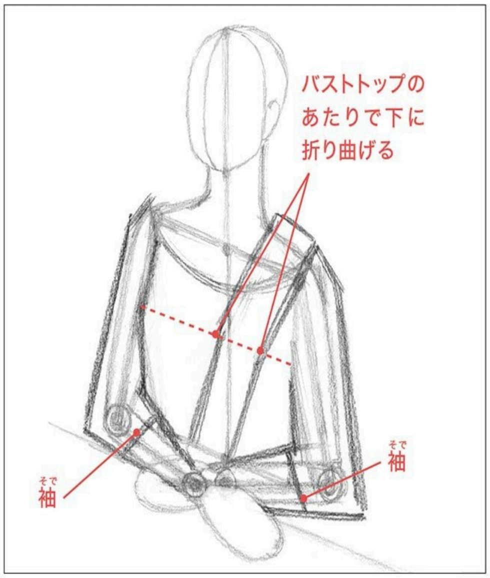
1 身体の線を補助線として大まかな服装の形を身体よりひと回り大きく描きます。



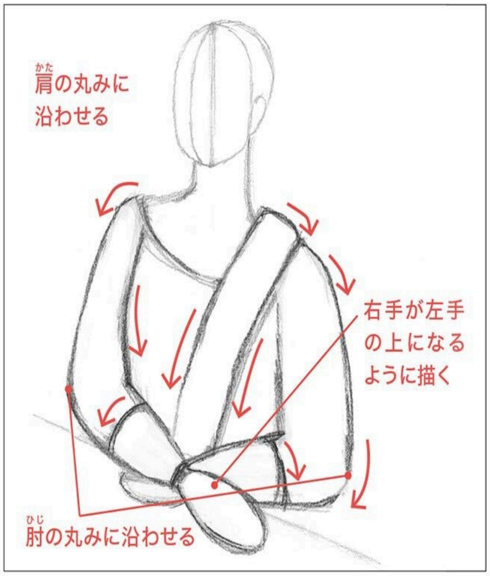
2 肩の線を通る襟ぐりを丸みのある曲線でつなぎ描きます。



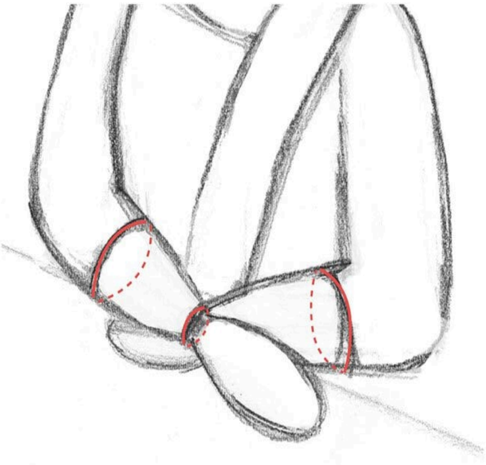
3 ストールを服の上から左の肩にかけます。袖に線を描き入れ、上着とインナーの境目にします。



4 直線の上から丸みのある曲線でなだらかにつないでいきます。補助線は消しておきましょう。

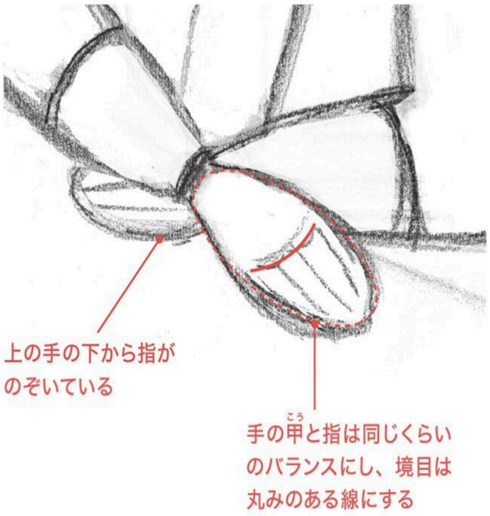


練習のコツ 袖は腕の丸みに沿って曲線で整えましょう。



完成 髪型と顔を描き入れて完成です。

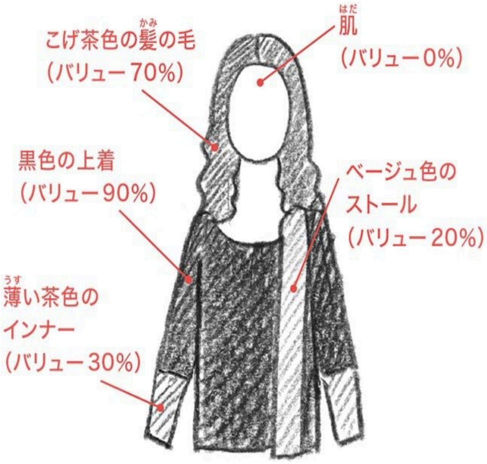
やってみよう 指を描いてみましょう。



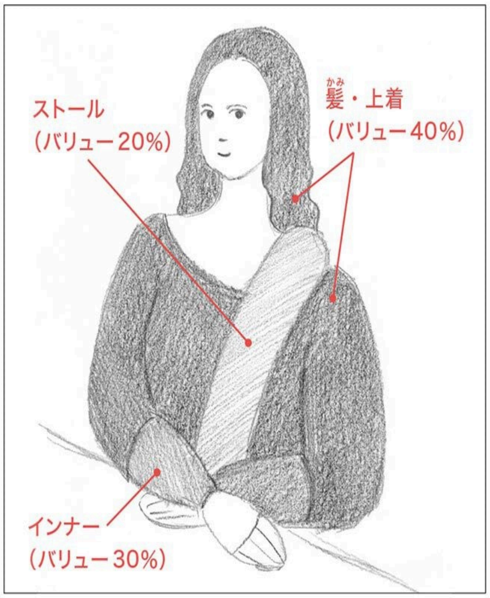
第4章 人物を描こう

服と髪のバリューを描く

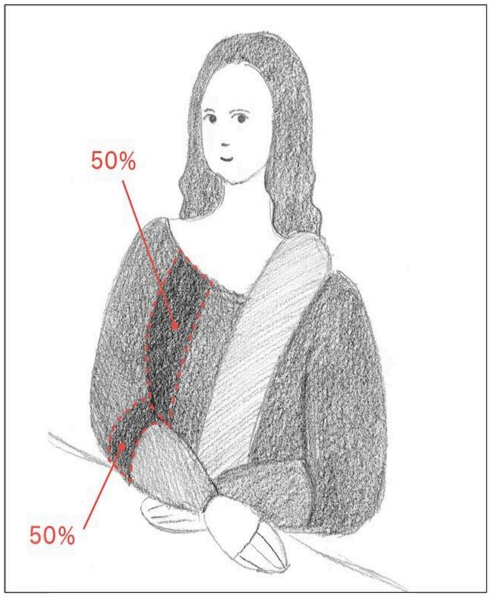
服装と髪（かみ）の毛のバリューを最初に設定しておきましょう。



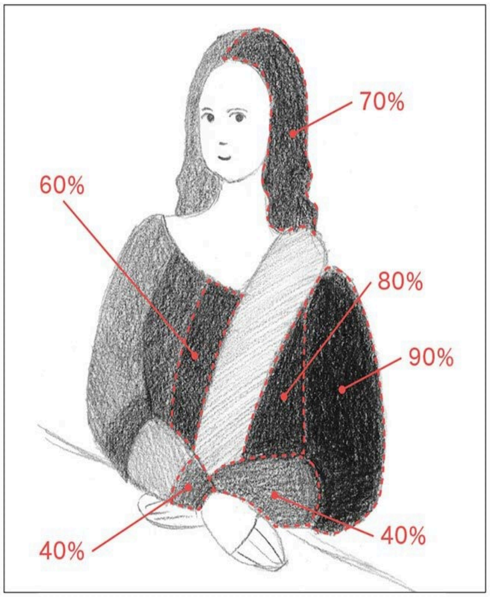
1 服と髪（かみ）にバリューを描きます。



2 上着の奥側（おくがわ）の部分にバリューを描き足していきます。

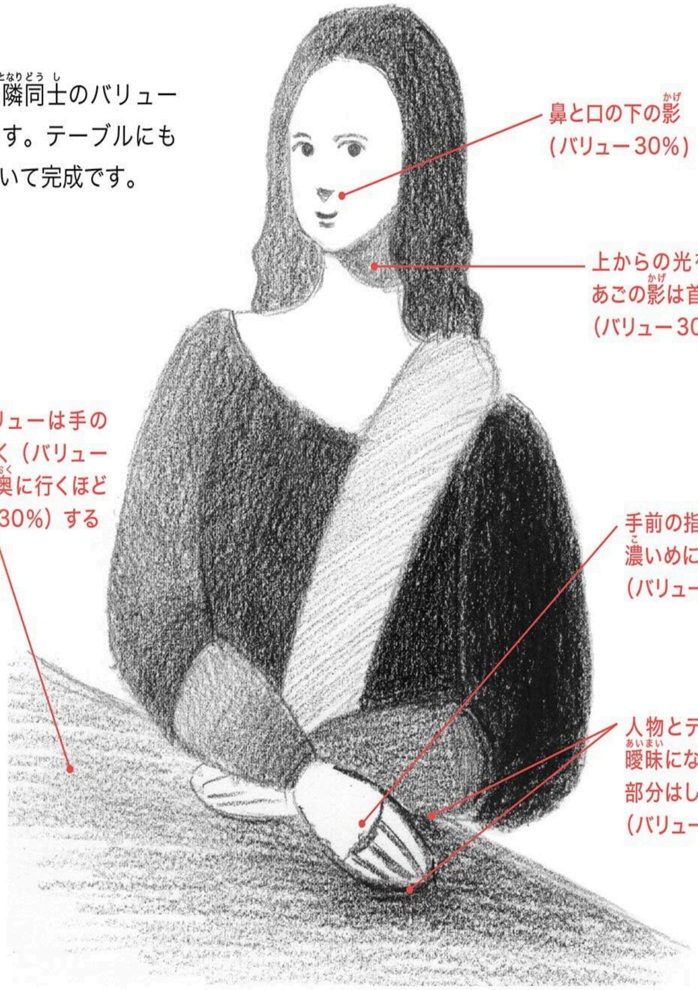


3 手前の部分にバリューを描き足していきます。



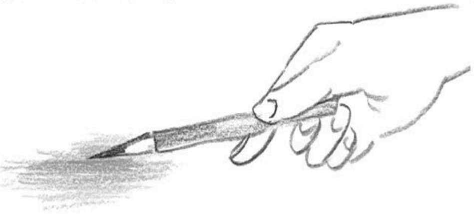
完成

髪の毛や服の隣同士のバリューをなじませます。テーブルにもバリューを描いて完成です。



練習のコツ

バリューをなじませるときは鉛筆を軽く握って、寝かせて使います。バリューは少しずつ重ねて濃くしていきましょう。



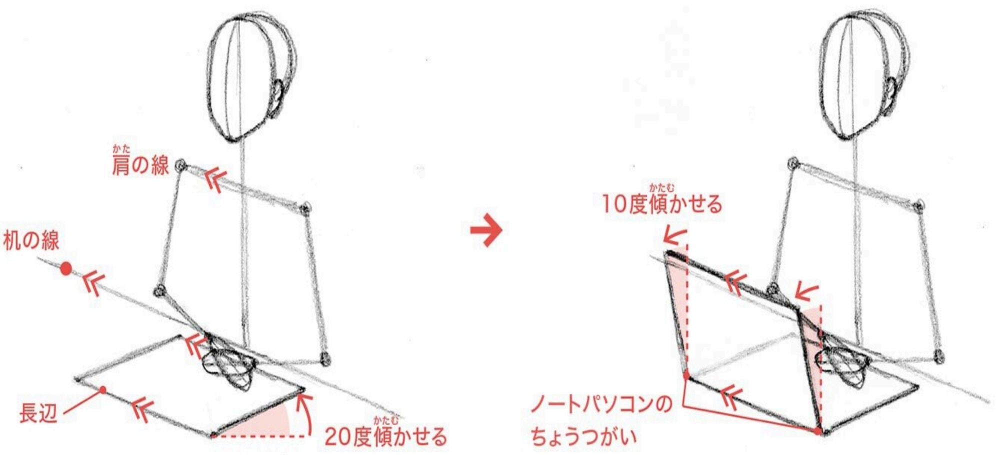
やってみよう

斜め上から光を当てて鼻、口、あごの段差を使って影を落としてみましょう。

やってみよう 机の上にノートパソコンを描いて、座っている人を描きましょう。

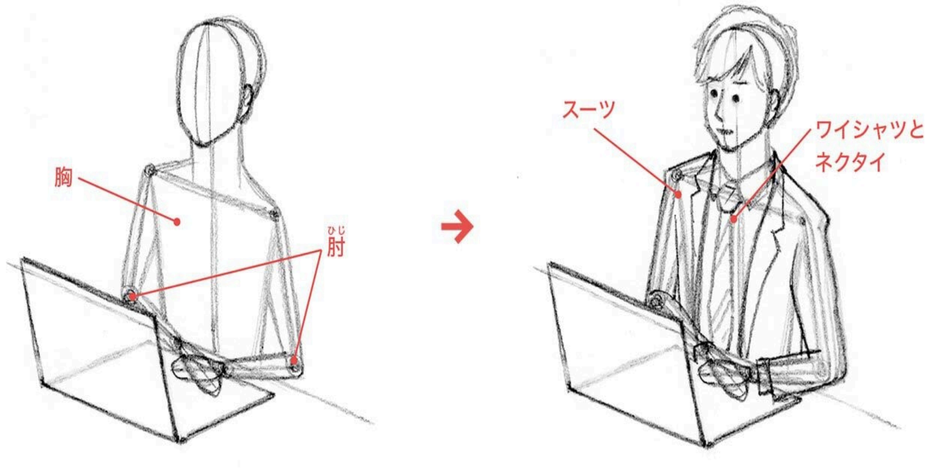
1 135〜136ページを参考に斜め向きに座る人の骨格を描きます。次に、ノートパソコンのキーボード部分を描きます。長辺が机や肩の線と平行になる平行四辺形を描きましょう。

2 垂直から10度ほど左に傾いた斜め線をノートパソコンのちょうつがいから上方向に引き、平行四辺形を描きます。これでノートパソコンの形の完成です。



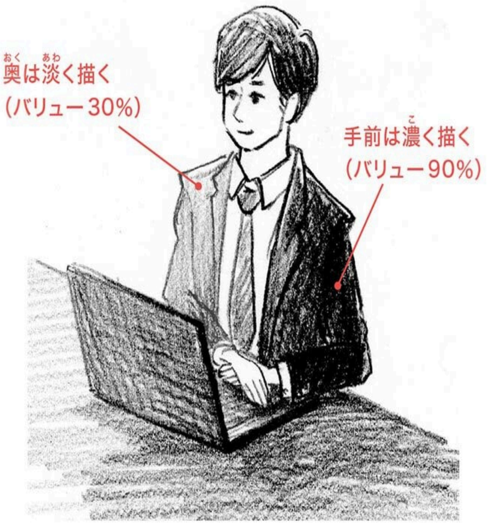
3 身体の形を描きます。まず胴体を描きましょう。次に、関節に丸を描いて、腕の形を描きます。最後に輪郭線を整えます。

4 服装や髪型の形を身体の輪郭よりひと回り大きく描きます。



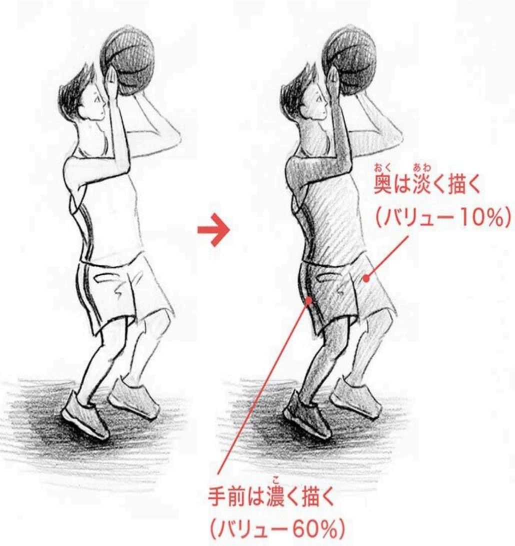
5 補助線を消して、輪郭を整えます。

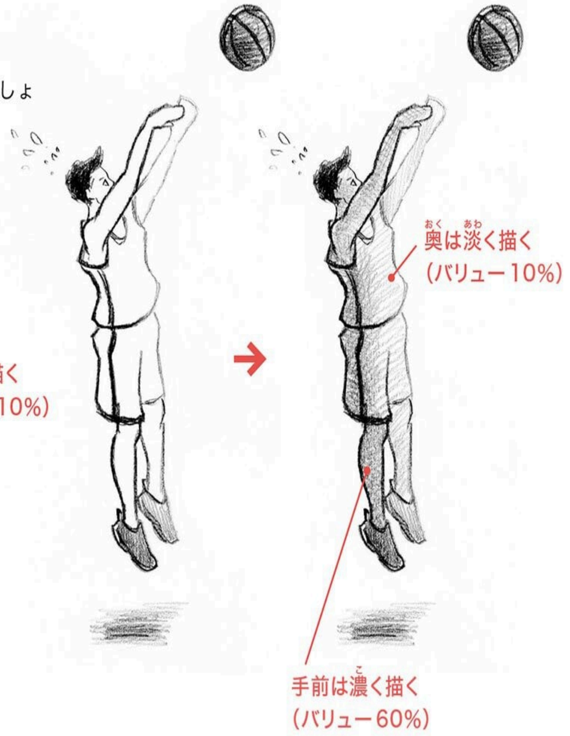
完成 バリューを描いたら完成です。



やってみよう

133ページで描いた絵にバリューを描き加えてみましょう。



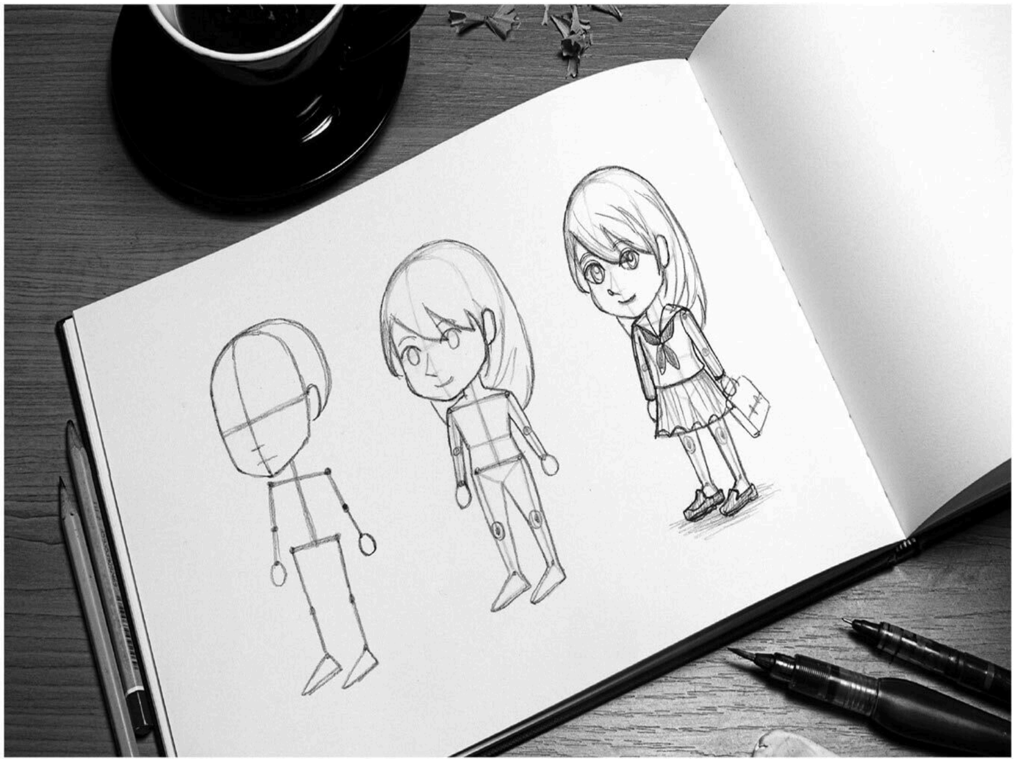


応用例

[人物クロッキー]
短時間で人物を描く場合も、手前と奥(おく)にバリューの差をつけることで立体的に描くことができます。

[イラストのラフスケッチ]

頭身を意図的に変えてオリジナルのキャラクターを描く場合も、骨格の設定をすることでプロポーションがくずれにくくなります。また、デジタルでイラストを作成するときのラフスケッチ（下描き）に活かせます。



Column

西洋画家と浮世絵師

人物画といえば何を思い浮かべますか？　たとえば西洋画ならレオナルド・ダ・ヴィンチが描いた「モナ・リザ」は最も有名な1枚といえるでしょう。日本でも東洲斎写楽が描いた「三世大谷鬼次の奴江戸兵衛」は、見れば多くの人がわかるほどイメージが定着している人物画です。同じ人物画ですが、この2枚はかなり異なる描き方がされています。その秘密は何でしょうか。

美術解剖学を始めたダ・ヴィンチは、人体の骨格や筋肉を理解していたのに加え、遠近法も研究していたので、見たままに写しとるのではなく、モデルの特徴を誇張したり、人物の立体感や奥行きを出すために手前のものを大きく描いてインパクトを出したりしています。このように明暗法や遠近法などの絵画技法を用いて、構造感を大切にして描かれた西洋の人物画に対して、日本の人物画は先輩絵師の絵を何枚も模写することで、その技を受け継ぐ修業しています。そのため、目鼻口や手などの形もパターン（記号）化された明快で平面的な表現となっています。

東西それぞれの絵は描く目的や文化的背景の違いで、表現が異なっていったのです。本書で学んだ“棒人間”で骨格やプロポーションなど構造をとらえる方法は西洋美術の絵画技法で、形の印象（たたずまい）や特徴を平面的に簡略化してとらえる方法は、日本美術の絵画表現といえるでしょう。

第 5 章

人のいる情景を描こう

建物や車、木や雲など、身のまわりにあるものをシンプルな形に置き換(か)えれば風景を簡単に描いて伝えられます。これまでに学んできた人物を加えて、人のいる情景を描きましょう。

01

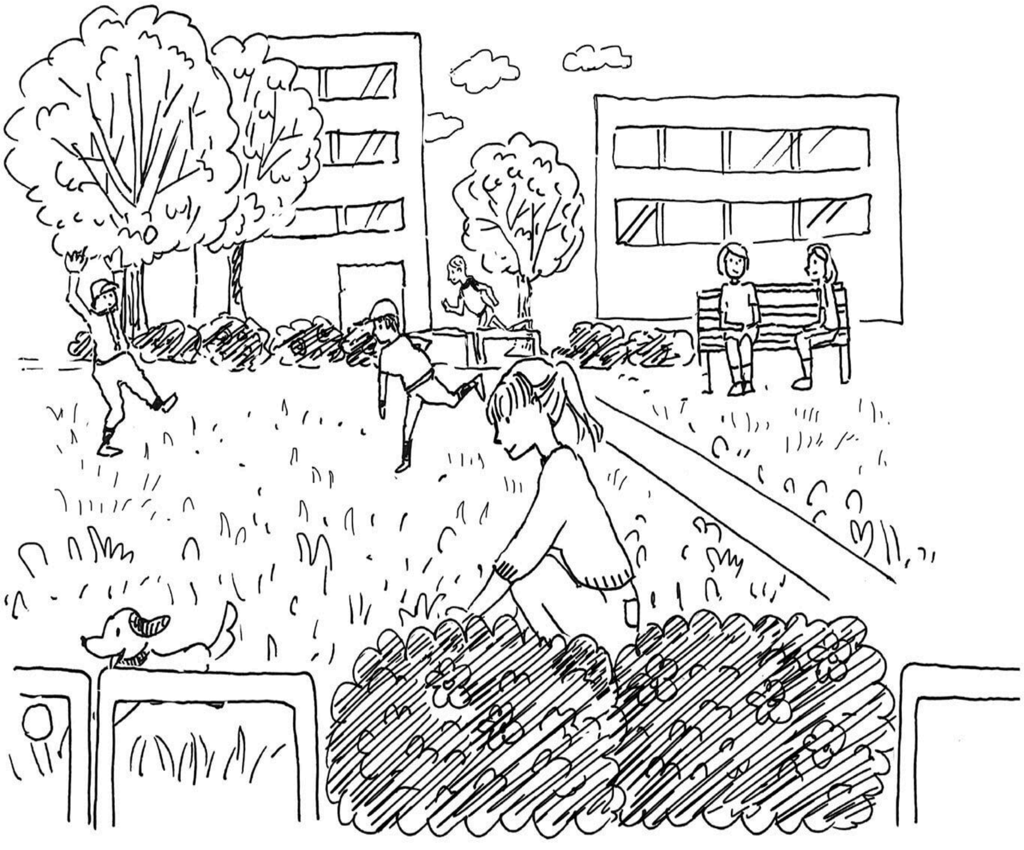
Study

風景の描き方を知ろう

風景は情報が多く描くのが大変ですが、まず見方のポイントを押（お）さえましょう。

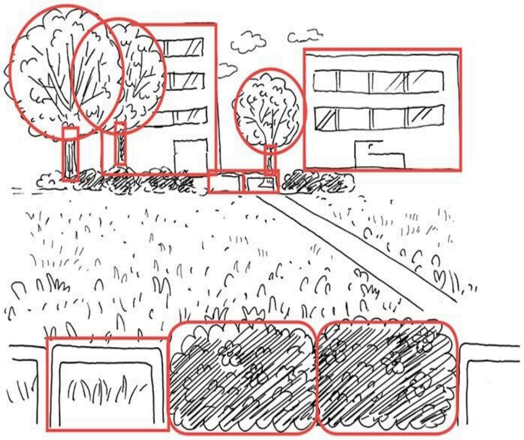
風景を分解する

この絵は、これまでに学んだ人物に加えて、建物や車、木や雲など、身のまわりにあるものをシンプルな形に置きかえて平面的に表現した風景です。要素ごとに分解して、次ページの「やってみよう」を参考に自分で描いてみましょう。

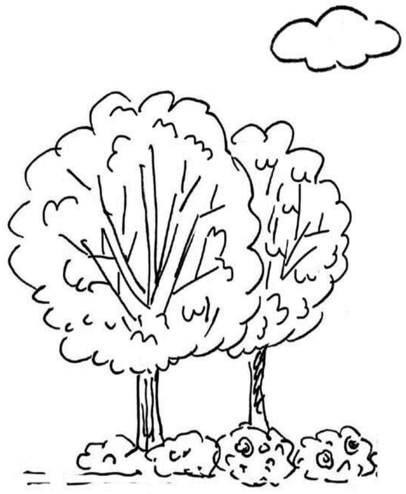


やってみよう

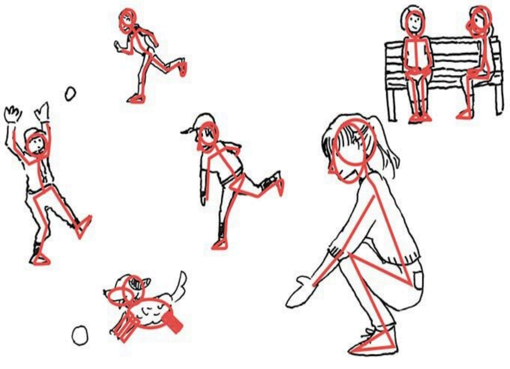
1 建物や車、木や雲など、身のまわりの風景の中にあるものをよく観察してみましょう。平面的に切り取ってみれば、すべて○、△、□といったシンプルな形で描けます。



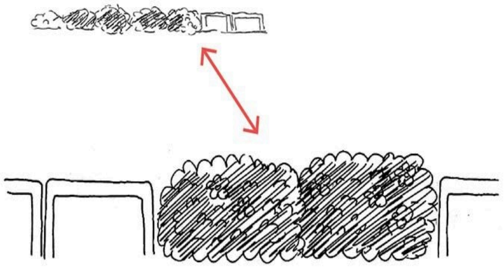
2 第2章のおさらいです。木は「ガサガサ」、雲は「フワフワ」といった、線やバリューによって質感を表現してみましょう。



3 第3章のおさらいです。大人と子どもを描いたり、服で職業を伝えると、風景にいろいろな人を登場させられます。



4 手前にあるものほど大きく、奥（おく）にあるものほど小さく描くことで、奥行（おくゆ）きを感じさせられます。



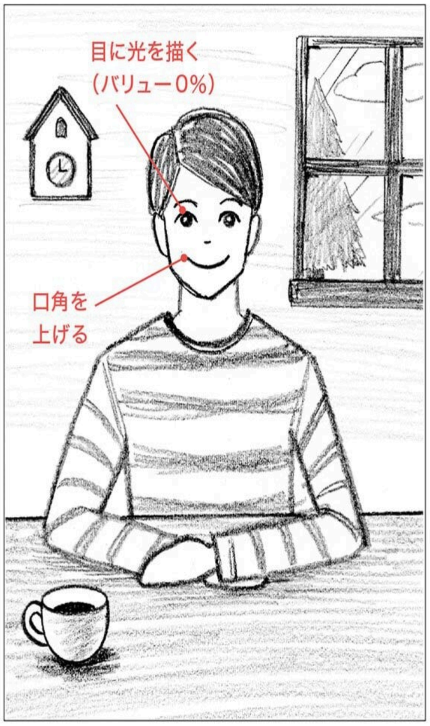
練習（れんしゅう）のコツ

2つのものが重なっている場合、重なり順を気にせず重ねて描いてかまいません。気になる場合は、あとで見えない部分を消しましょう。

やってみよう

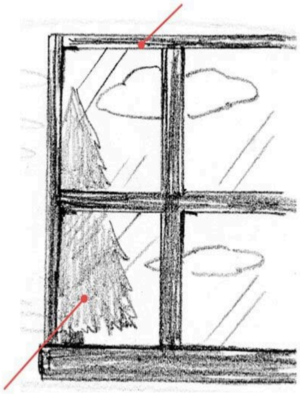
コーヒーの入ったマグカップが置かれたテーブルに肘をついている人の、表情やポーズを変えて情景を描いてみましょう。

喜・楽（例）

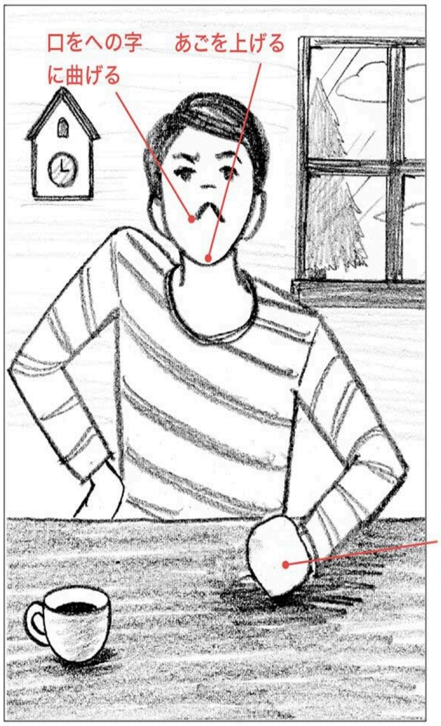


練習のコツ

マグカップや、時計、窓も、シンプルな形に置き換えれば簡単に描いて伝えられます。

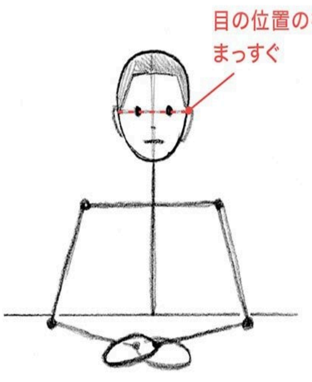


怒（例）

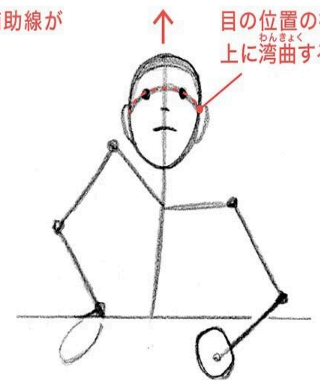


哀（例）

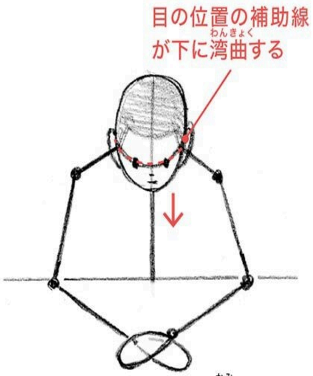
練習のコツ　目鼻口や髪の生え際の位置を変えれば、上向きや下向きの顔が描けます。



▲顔を正面に向けている場合（40〜45ページ参照）



▲上を向くと、目鼻口や髪の生え際が上がって髪の毛の見える範囲が小さくなる



▲下を向くと、目鼻口や髪の生え際が下がって、髪の毛の見える範囲が大きくなる

02

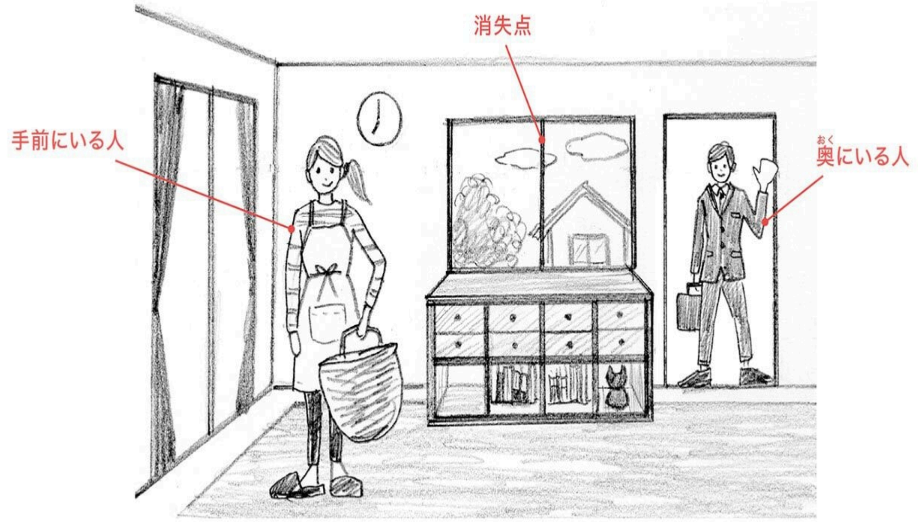
Work

部屋の風景を描こう

1点透視図法を使って人のいる部屋の風景を描きましょう。

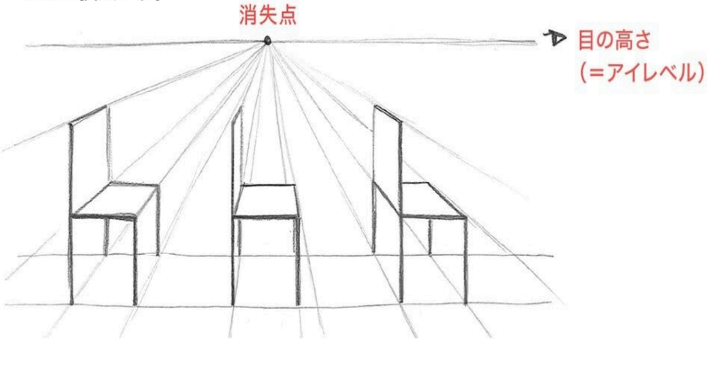
1点透視図法で部屋の中を描く

遠近法を使って描く場合、手前にいる人が大きく、奥にいる人が小さくなります。ここでは、ほぼ同じ身長の人が2人いる、朝の場面を描いていきます。頭の中で情景をイメージしながら描きましょう。



練習のコツ

透視図法とは、遠近法の1つで「パース」とも呼びます。1点、2点、3点など消失点を用いて、立体感や奥行きを描く技法です。目に見えるものや考えたものを絵の中に正確に描き写すための技法です。

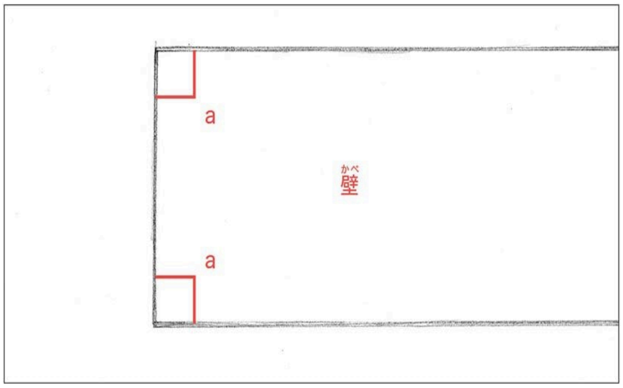


床と壁を描く

1 正面の壁を描きます。aの角が直角になるように描きましょう。

練習のコツ

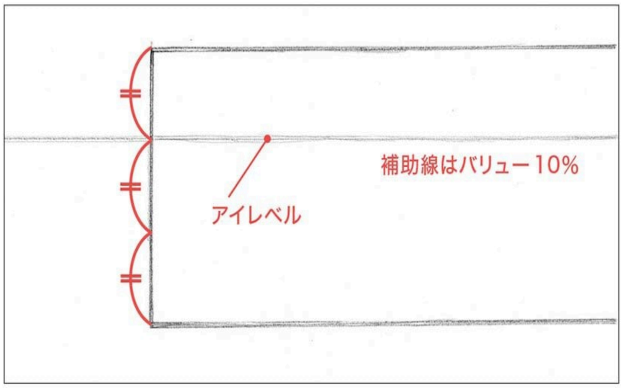
直線を引くのが難しい場合は、定規を使っても大丈夫です。



2 アイレベル（152ページ参照）の補助線を引きます。

練習のコツ

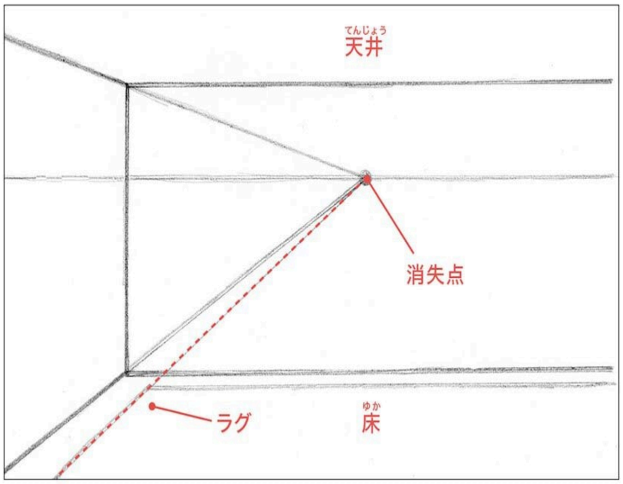
アイレベルの補助線は正面の壁の上から1/3くらいの位置に引くことで、大人の目の高さで見た部屋の様子を描けます。



3 正面の壁のアイレベルの中心に消失点を描きます。壁の角と消失点を通る補助線を引くと、左の壁と天井、床が描けます。あわせて、ラグも描きましょう。

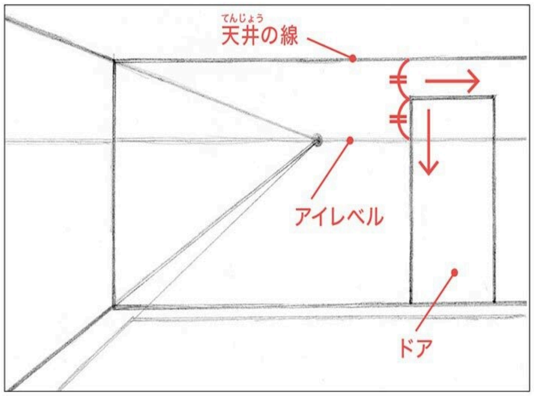
練習のコツ

1つの消失点から線を引くことで、つじつまの合った絵が描けます。ラグは床の内側に敷かれているので、床よりひと回り小さくなるように描きます。



ドアと窓を描く

1 正面の壁にドアを描きます。天井の線とアイレベルの間に横線を引き、その両端から下方向に縦線を引きます。



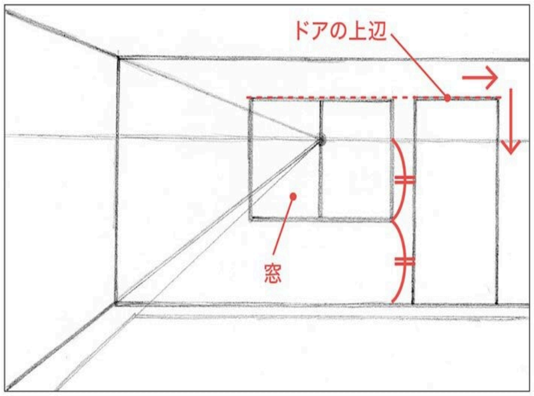
練習のコツ

一般的な天井の高さは240cm〜250cm程度

ドアの大きさが、人物の大きさの目安となります。

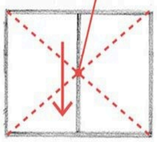
一般的なドアの高さは190cm〜200cm程度

2 正面の壁の中央に窓を描きます。ドアの上辺と、アイレベルと床の中間を目安に窓枠となる長方形を描きます。

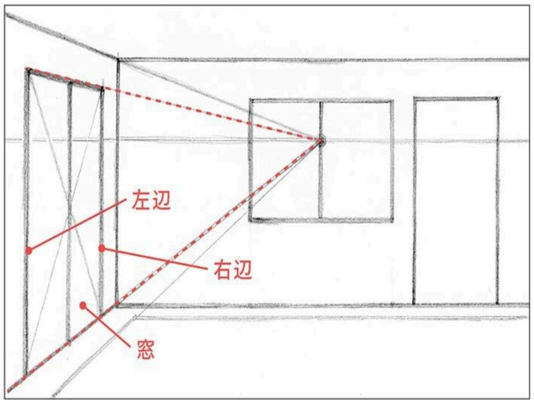


練習のコツ

窓は、枠を描いてから、中心を通る垂直線で2枚に分けましょう。対角線の交点が中心の目安になります。パースがついてもこの方法で中心が出せます。



3 左の壁に大きな窓を描きます。まず、窓の左辺を描き、その上下の端から消失点へ補助線を引きます。この補助線に合わせて右辺と上下の辺を描きます。ここで消失点とアイレベルを残して補助線を消しておきましょう。

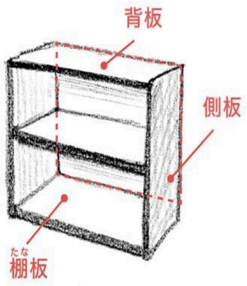


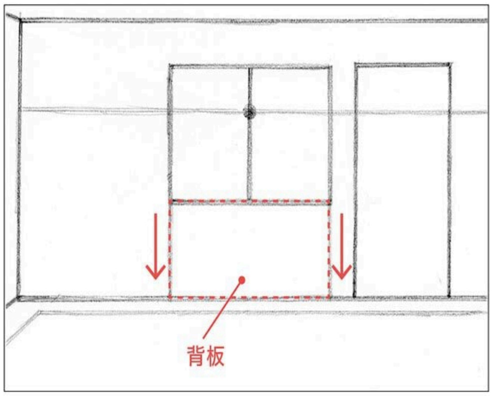
家具を描く

1 棚を描きます。窓の左右の辺をまっすぐ床まで伸ばします。これが棚の背板になります。

練習のコツ

背板とは、棚の背面にある板のことです。

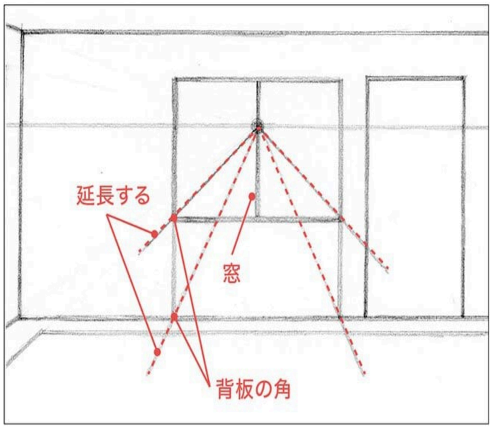




2 消失点から背板の4つの角まで補助線を引き、その線を延長します。

練習のコツ

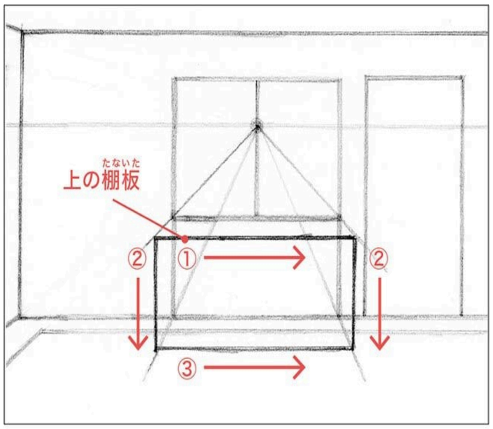
補助線は、角の点を通りすぎて長めに伸ばしましょう。



3 ①2で描いた補助線の範囲で上の棚板となる横線を引き、②両端から下方向に縦線を引きます。③縦線と補助線の交点をつないだら、棚の形の完成です。

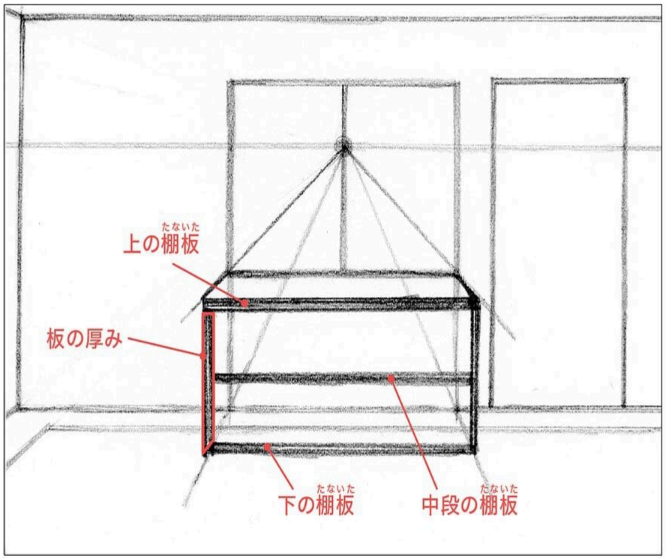
練習のコツ

棚板の幅を広くすれば、奥行きのある棚になります。



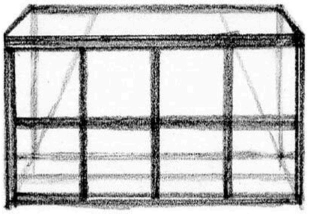
第5章 人のいる情景を描こう

4 上下の棚板の中間に横線を引いて中段の棚板を描きます。棚板と側板の線を太くして、それぞれの板の厚みを描きます。

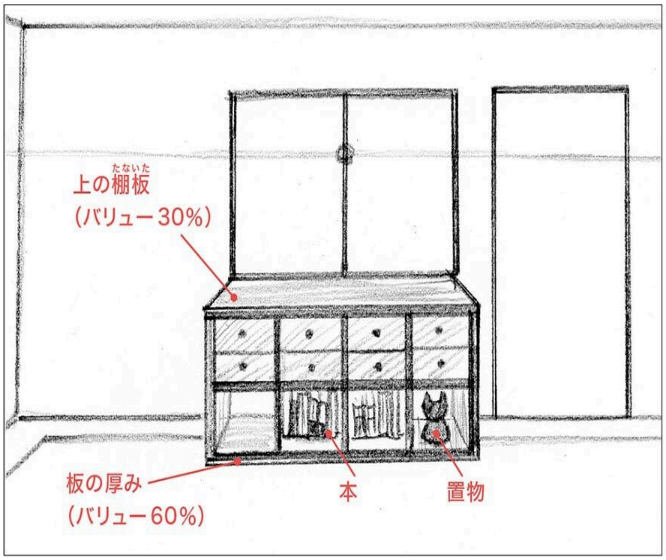


やってみよう

縦に4等分する線を描くと、棚を8つに増やせます。

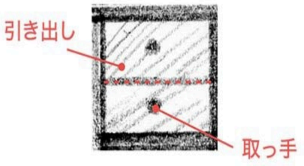


5 棚の中を描きます。上段は練習のコツを参考に引き出しを描き、下段は自由に描きましょう。棚にバリューを描いて補助線を消したら棚の完成です。



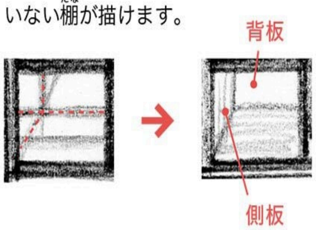
練習のコツ

引き出しは、棚の中心に横線を引き、それぞれの長方形の中央に黒丸を描きます。

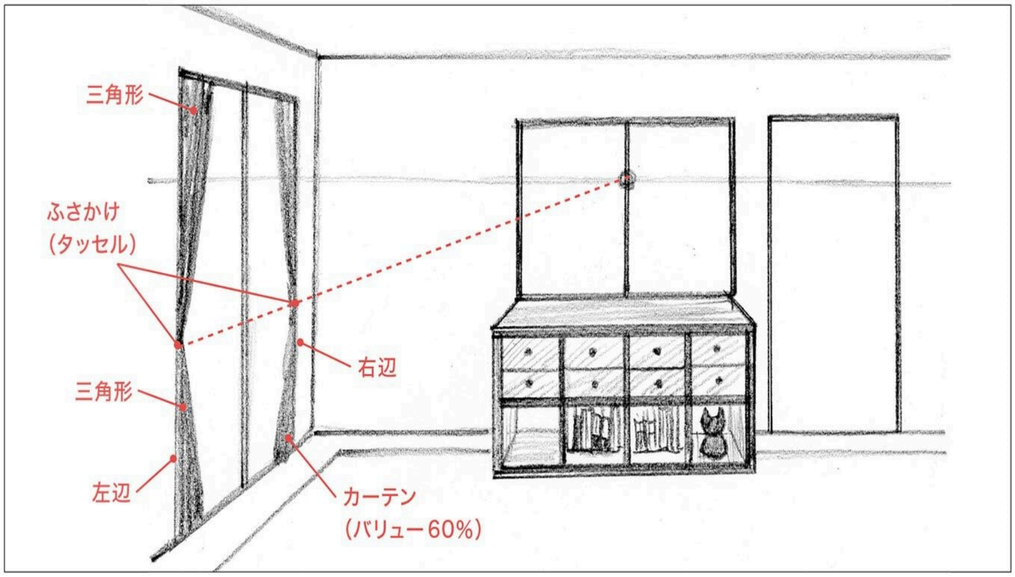


やってみよう

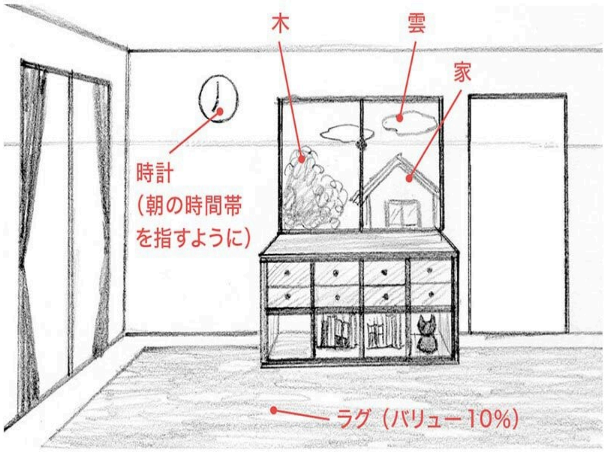
背板と側板の補助線で、何も入っていない棚が描けます。



6 カーテンを描きます。窓の左辺の真ん中よりやや下に、ふさかけとなる点を描き、上下に三角形を描いてカーテンを表します。ふさかけの点と消失点を補助線でつないで、窓の右側のふさかけの点を描き、同じようにしてカーテンを描きます。カーテンにバリューを描いたら完成です。

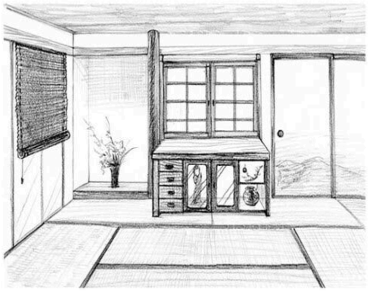


完成 カーテンとラグにバリューを描きます。アイレベルと消失点をのこして補助線を消し、正面の壁（かべ）に時計を描きます。149ページを参考に窓の外の風景を描いたら部屋の完成です。



やってみよう

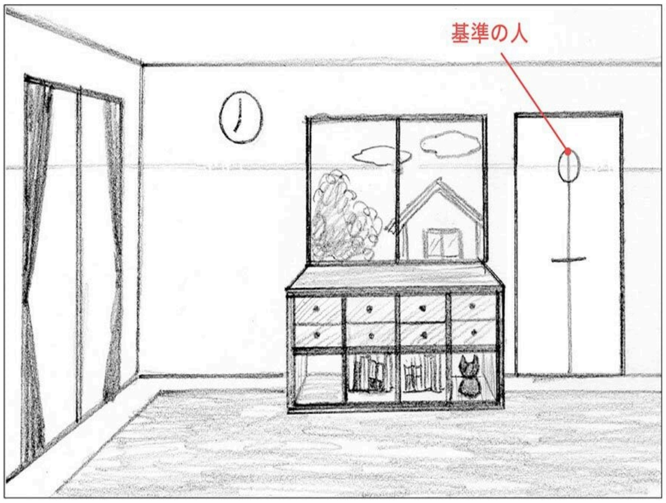
家具を変えたり、奥行（おくゆ）きを増やしたりすることでアレンジできます。場面を自由に想定して描いてみましょう。



▲和室の場合

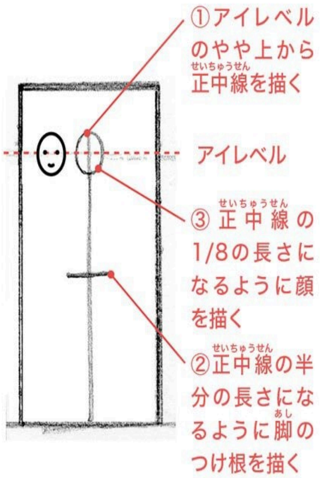
人を描く

1 大きさの基準となる人を描きます。練習のコツを参考に、ドアの枠の中に、正面向きの人物の①正中線、②正中線の半分の位置に脚のつけ根の線、③顔を描きます。

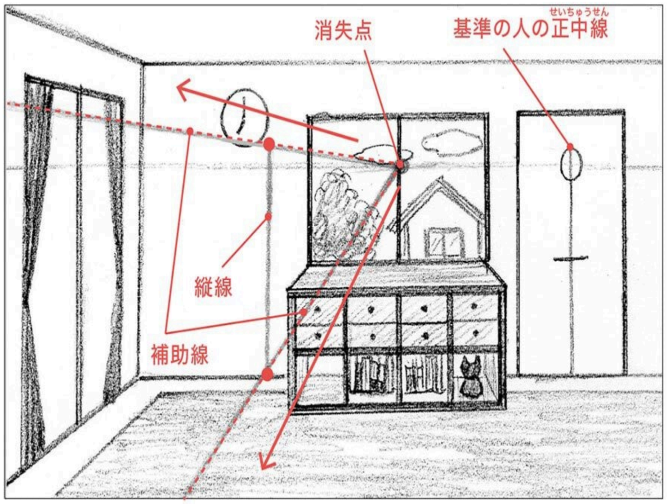


練習のコツ

絵の中のアイレベルと、人の目の高さを合わせて描きましょう。

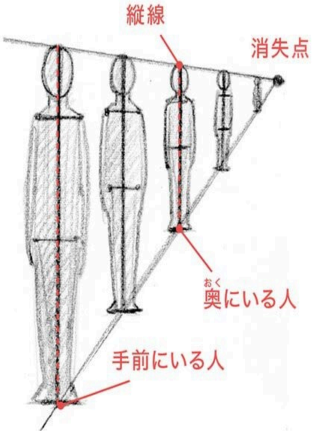


2 正面の窓の左側に**1**で描いた人の正中線と同じ長さの縦線を描きます。そして消失点から縦線の上下の端を通る補助線を描きます。

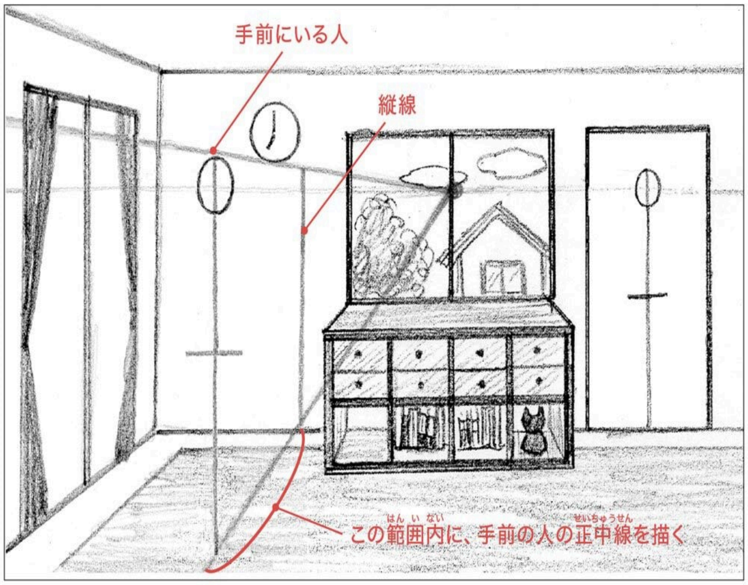


練習のコツ

縦線は奥にいる人の背の高さの目安となり、補助線は手前にいる人の背の高さの目安となります。



3 2で描いた補助線の範囲内に、手前にいる人の正中線、脚のつけ根、顔を描きます。



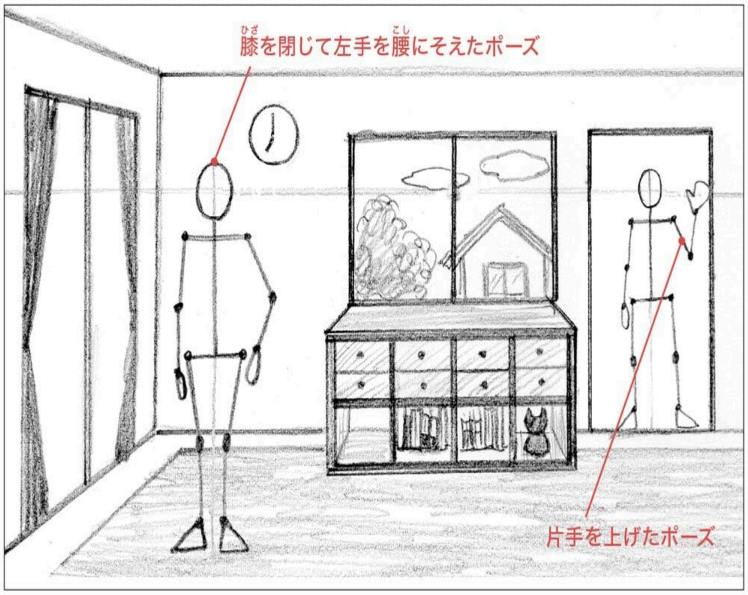
練習のコツ

ここでは基準の人と同じ身長の人を手前に描きたいので、消失点から見て縦線よりも外側の補助線の高さで、手前にいる人の正中線を描きます。

練習のコツ

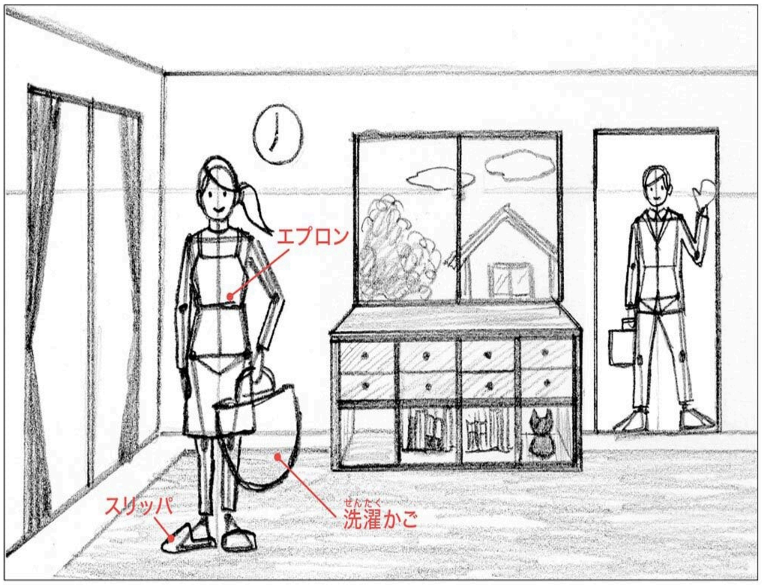
正中線を描いたら補助線を消しておきましょう。

4 骨格を描きます。



第5章 人のいる情景を描こう

5 服装や髪型(かみがた)を描きます。ここでは、出勤する男性と、家事をする女性の設定を描いてみましょう。

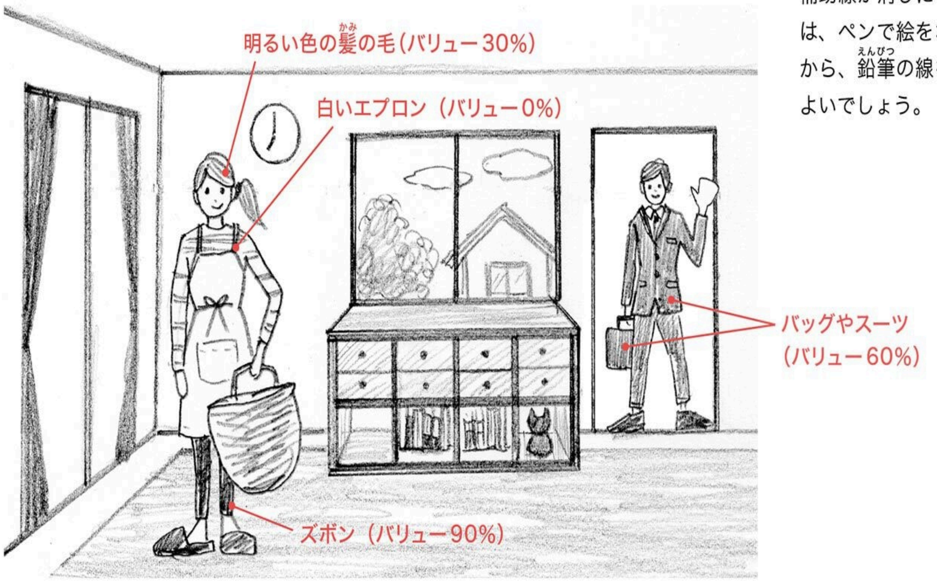


練習(れんしゅう)のコツ

143ページを参考に描きましょう。

▲スーツを着た男性

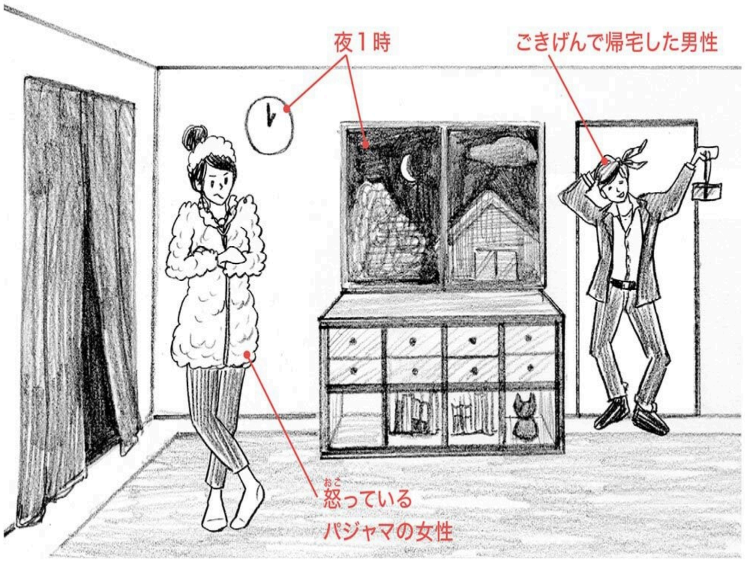
完成 服装や髪(かみ)の毛に自由な設定でバリューを描き、補助線を消したら完成です。



練習(れんしゅう)のコツ

補助線が消しにくい場合は、ペンで絵をなぞってから、鉛筆(えんぴつ)の線を消すとよいでしょう。

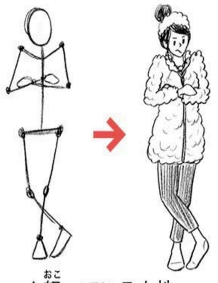
やってみよう 状況(じょうきょう)を変えて描いてみましょう。



練習(れんしゅう)のコツ

骨格を描いてから身体や服装を描くことでプロポーションがくずれにくくなります。

▲ごきげんな男性



▲怒(おこ)っている女性

やってみよう 部屋の設定を変えて自由に描いてみましょう。

▲子ども部屋の場合

練習(れんしゅう)のコツ

5歳(さい)くらいの子どもは5頭身です。

03

Study

陰影(いんえい)をとらえよう

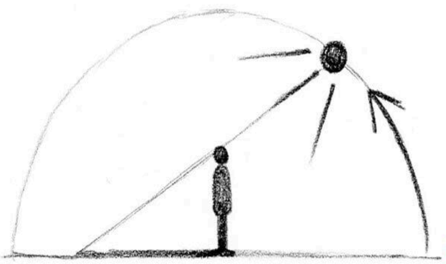
陰影(いんえい)を描き加えると、時間の経過や、雰囲気(ふんいき)(ムード)を表現できます。

太陽の位置をとらえる

朝や夕方といった風景の描き分けは、太陽の位置をとらえることから始めます。太陽の位置によって変化する陰影(いんえい)のつき方を理解しましょう。

晴れた日の朝

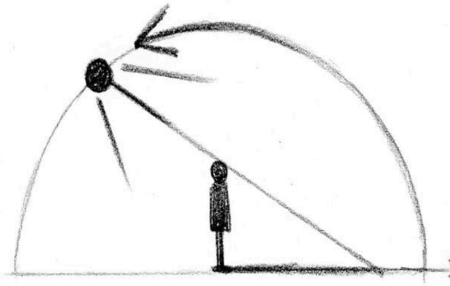
東から見た場合



▲太陽は東から昇(のぼ)るので、朝の時間帯の太陽は東に位置する。そのため、影(かげ)は西方向へ落ちる

晴れた日の夕方

東から見た場合



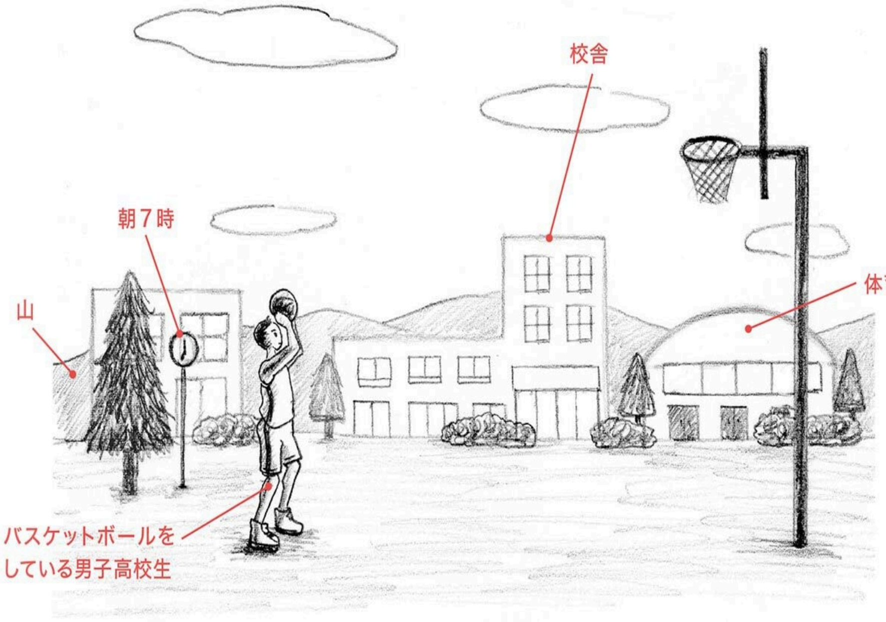
▲太陽は西へ沈(しず)むので、夕方の時間帯の太陽は西に位置する。そのため、影(かげ)は東に落ちる

04 Work 人のいる情景を描こう

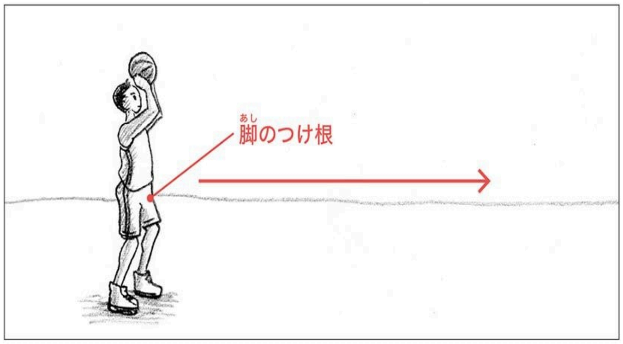
これまでに学んだ手法を用いて、朝の校庭でバスケットボールをしている人の風景画を完成させましょう。

人に背景を重ねて描く

人のうしろに、木や建物や山などを重ねて描くことで、空間の奥行きを表現できます。さらに陰影を加えると、ムードのある絵に仕上げられます。



1 125～133ページを参考に、バスケットボールをしている人を描き、脚のつけ根を目安に横線を引きます。

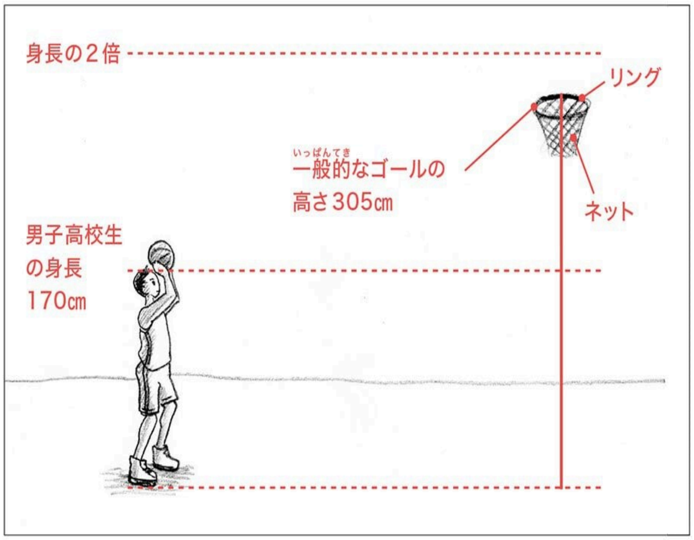


練習のコツ

人を紙の中心より左下に描きましょう。

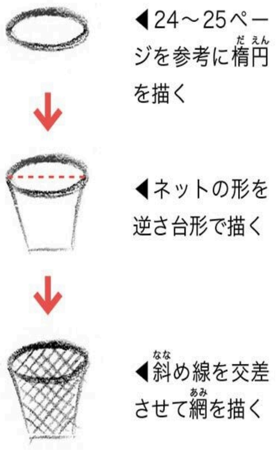
バスケットゴールを描く

1 練習のコツを参考に、人の背の高さの2倍弱の位置にバスケットゴールのリングとネットを描きます。

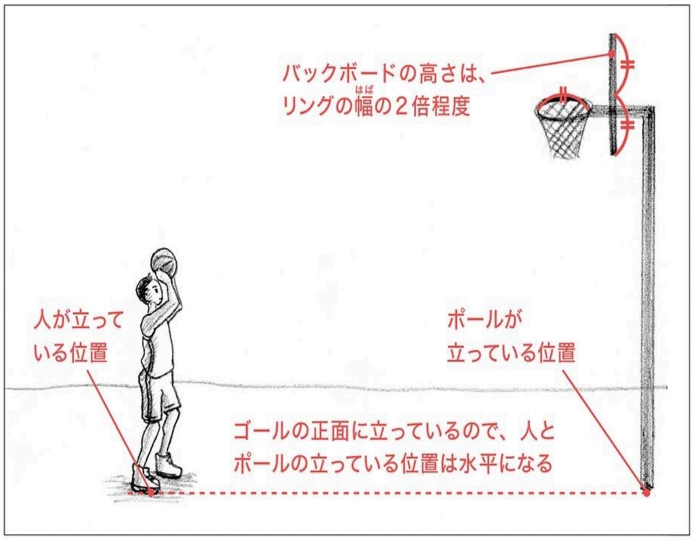


練習のコツ

リングを描いてから、ネットを描きましょう。

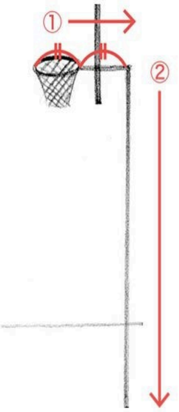


2 練習のコツと下の図を参考に、バスケットゴールのポールを描き、リングとポールの間に真横から見たバックボードを描きます。



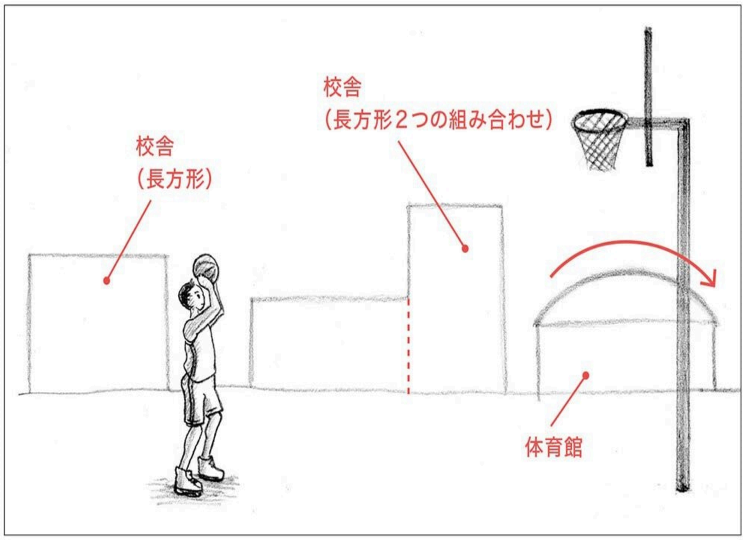
練習のコツ

リングの右端から、リングの幅と同じ長さの横線を引き、下方向に縦線を引きます。まずは、細い線で描いてから、幅を太くします。



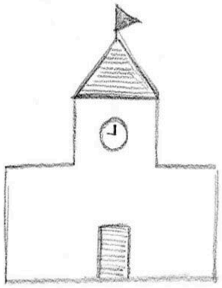
背景を描く

1 校舎と体育館を描きます。校舎は四角、体育館は四角の上に弧(こ)を描いて屋根をつけます。

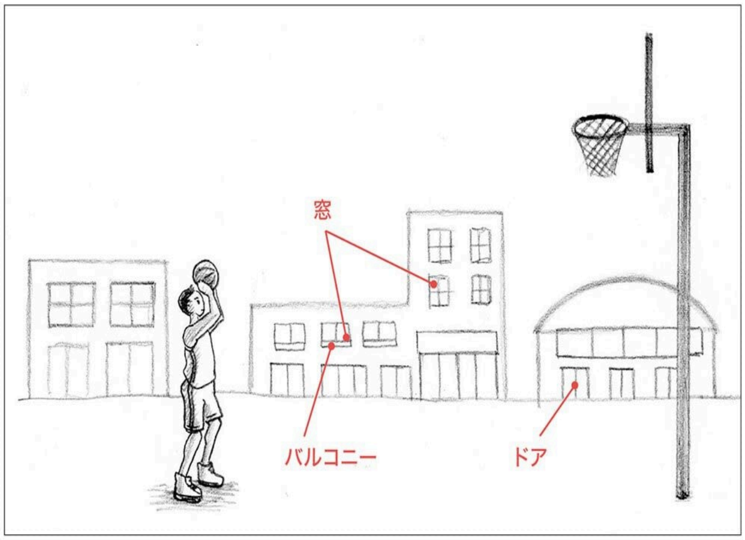


やってみよう

○△□を組み合わせて、校舎や体育館の形を自由に描いてみましょう。

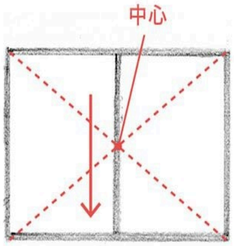


2 練習のコツを参考に、窓とドアを描きます。2階の窓の下に長方形を描いてバルコニーを描いてみましょう。



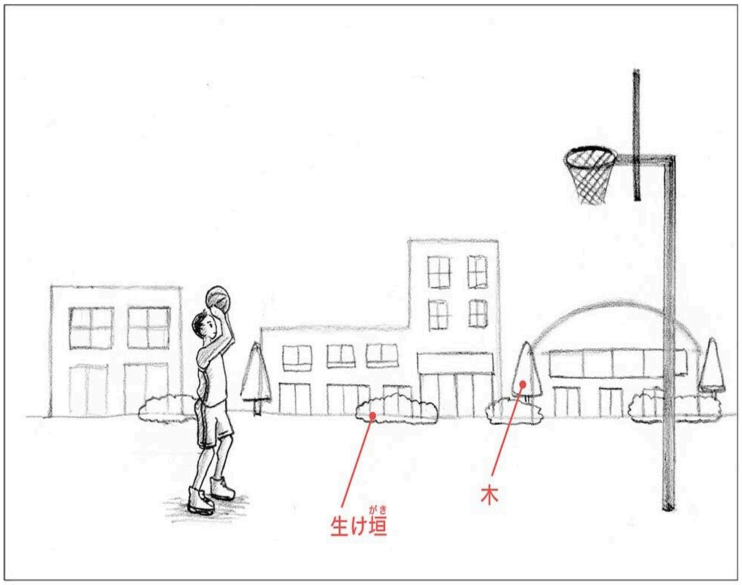
練習(れんしゅう)のコツ

窓は、枠(わく)を描いてから、中心を通る垂直線で2枚に分けましょう。対角線の交点が中心の目安になります（154ページ参照）。



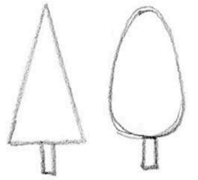
さらに横線で分ければ4枚になる

3 地面の線上に、校舎の手前にある、木と生け垣を描きます。

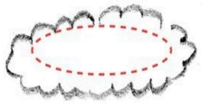


練習のコツ

木は△と□の組み合わせ、生け垣は横長の○をオノマトペを意識した線で描きます。

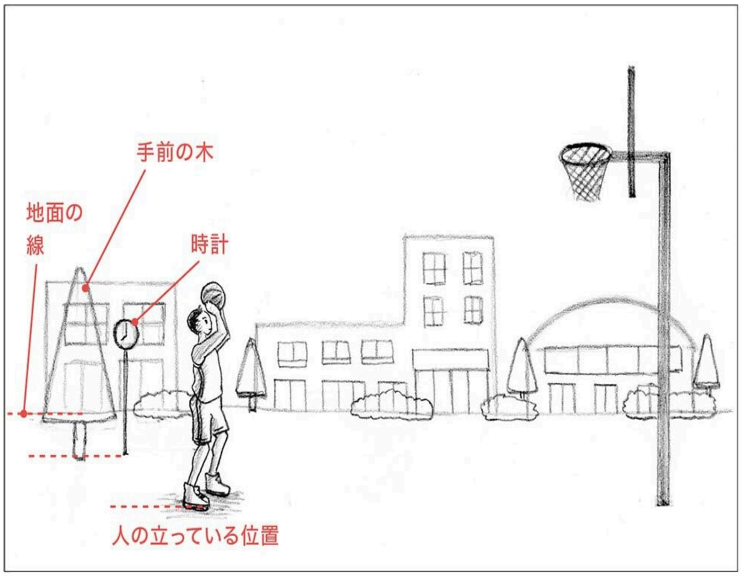


▲木は△と□の組み合わせ。三角の角を丸くしてもよい



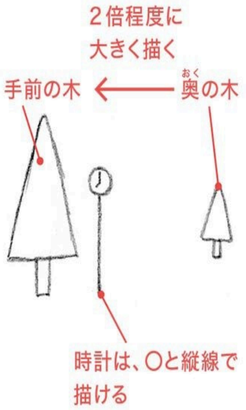
▲生け垣の丸い形を、「モコモコ」した線で描く。

4 地面の線と、人の立っている位置の間に、手前にある木と時計を描きます。朝の風景の設定なので、時計の針は7時にします。

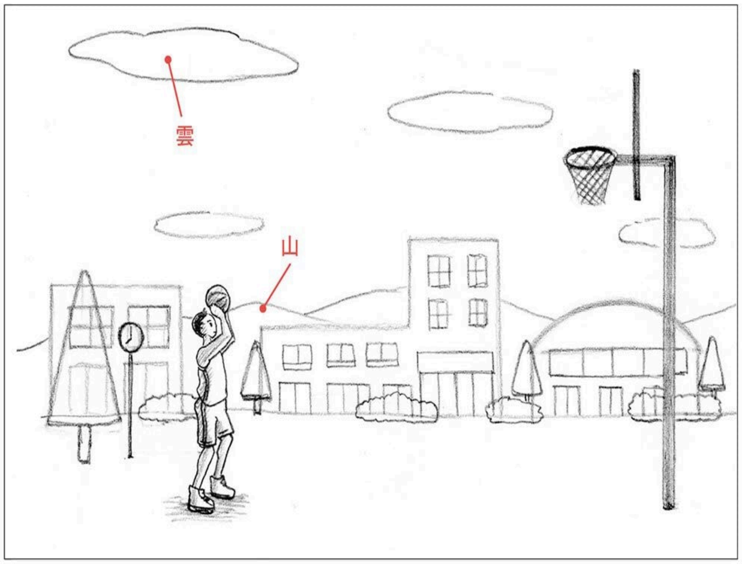


練習のコツ

手前にある木は、奥にある木より大きく描きましょう。



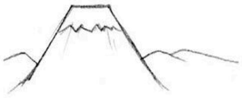
5 雲と山を描きます。建物で見えない部分の山は、描かなくて構いません。



練習のコツ

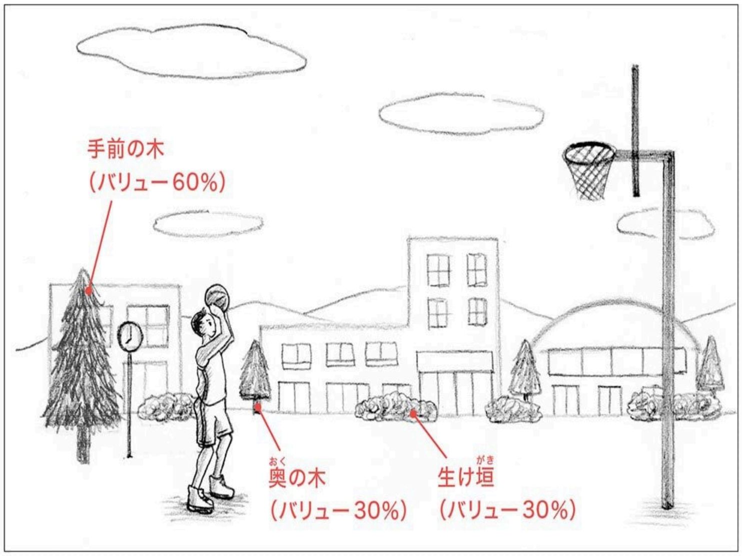
雲や山に決まった形はありません。自由な形で描きましょう。

▲ポップコーンのような雲や、流れるような雲



▲特徴的な形の山もあります

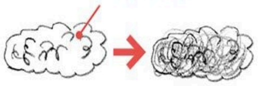
6 練習のコツを参考に、木と生け垣にバリューを描きます。奥の木を薄く（バリュー30%）、手前の木（バリュー60%）を濃くすることで遠近感を表現できます。



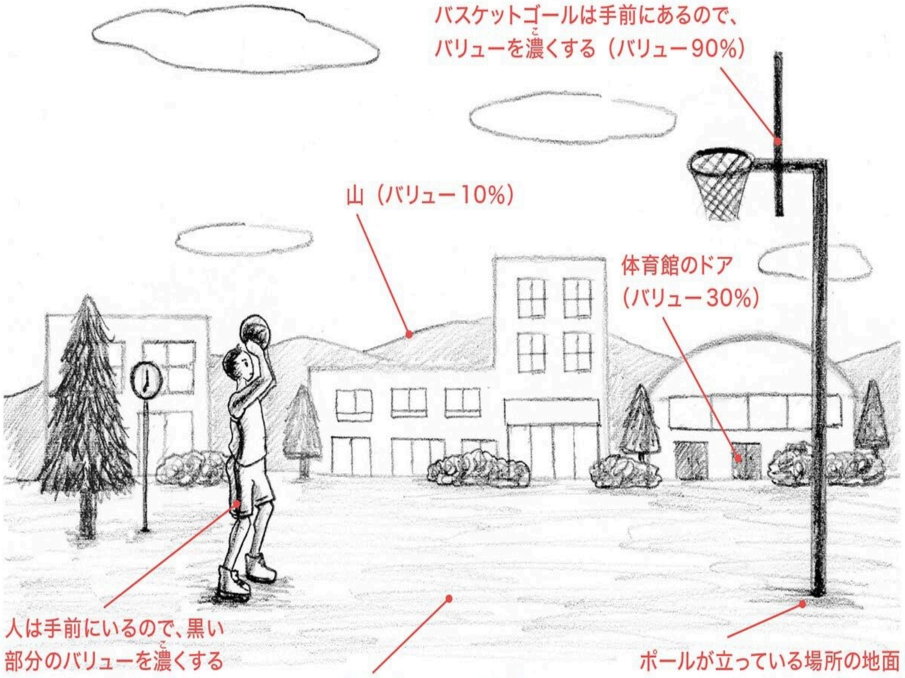
練習のコツ

オノマトペをイメージした線でバリューを描きましょう（46ページ参照）。

▲頂点から下方向へ放射線状に描き進めるとよい



完成 山、地面、体育館のドアにバリューを描き、全体のバリューを整えたら完成です。

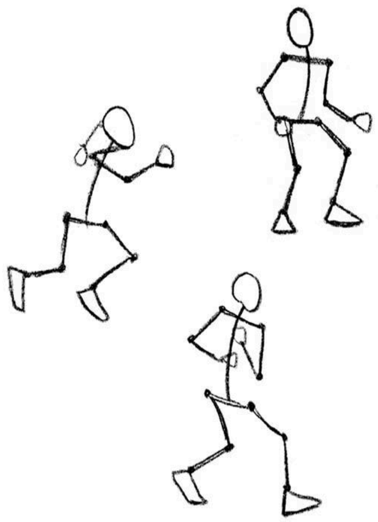


やってみよう

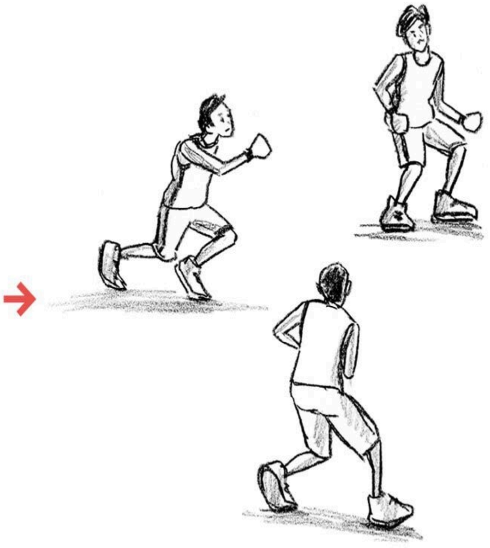
晴れた日の夕方を想定して、自由に描いてみましょう。

やってみよう

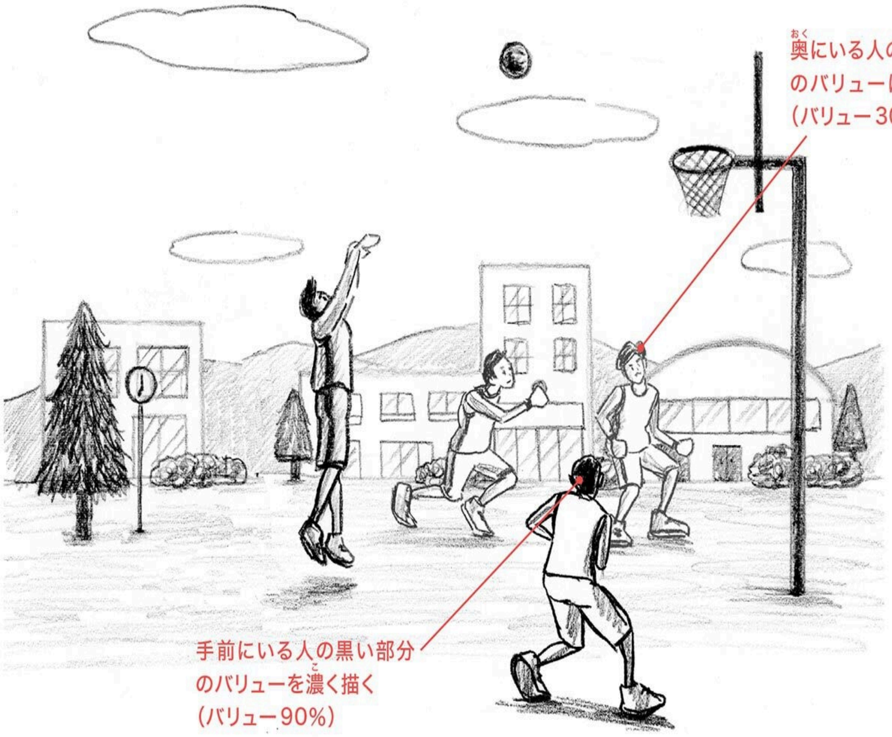
シュートを打った後のポーズに変え、いろいろなポーズの人を描きたしてにぎやかな練習風景を描いてみましょう。



▲骨格をとらえてシンプルに描く



▲身体や服装、床などを描く



応用例

[企画の提案]

人・もの・場所を組み合わせて描くことで、ペルソナの設定を相手と共有したり、商品の提案をしたりするのに役立ちます。

[風景スケッチ]
日常の風景の中に人物を登場させて描くことで、絵の中に物語を生み出すことができます。

Column

アートとサイエンス

朝の陽ざしと夕暮れどきの光は、ただ明るい暗いというだけではなく雰囲気が違います。絵画技法の明暗（光と陰）法は、人物の立体感や背景の奥行きを描けるだけではなく、その人物の心情やその場所の雰囲気を伝えられる表現方法です。

西洋では、絵にリアリティーとインパクトを持たせるために明暗法や遠近法などの写実的な絵画技法が研究されました。古典絵画の時代にも現代の映画やテレビ、スマホ画像の高画質化と同じように技法や画材の開発、技術の発展が求められていました。

王様の権威を知らしめるため大きなキャンバスに描かれたバロック絵画は、現代の宣伝ポスターや広告看板のようなものでした。バロック時代のスター画家カラヴァッジョ（1571-1610）の、光と陰をまるで舞台照明のように演出して描かれた絵画は、当時の最先端技術だった絵画技法（遠近法・明暗法）と画材が駆使された視覚効果だったのです。

新古典主義の画家カミーユ・コロー（1796-1875）は、現代の舞台照明などの演出表現の原点となる新しい明暗法を開発して、より深い奥行きのある風景画を描きました。また、叙情豊かな雰囲気を伝える明暗表現を開発して、古き良き時代の日常的な西洋風景を叙情豊かに描き、現代社会にその魅力を伝えているのです。

おわりに

絵で伝えるスキルは、生活や仕事のさまざまな場面で役立ちます。とくに人の絵は、それこそ「はじめに」でも触(ふ)れたような棒人間であったり、マンガやイラストであったり、いわゆるデッサン画であったりと、目的やレベル感もさまざまです。また、描く人、描かれる人それぞれの個性によって表現の幅(はば)がとても広いのも人物画の特徴(とくちょう)です。

それだけに、人物画を描けるようになりたいという人は多いのですが、はじめての人が学ぶのにちょうどよい教材がないという問題がありました。そこで、取り組むハードルをぐっと下げながらも、読み終えるころにはある程度達成感が得られる題材まで描けるようになるところを目指して、OCHABI artgymが持つノウハウをロジカルにまとめたのが本書です。

絵の描き方を学ぶということは、「もののとらえ方」「多角的な考え方」「伝え方」を学ぶということです。うまいかヘタかではなく、伝えられるかどうかが大切です。伝えるためには「とらえること」、とらえるためには「さまざまな角度から考えること」が大切です。絵にはさまざまな目的や動機がありますが、このようにすべて「伝える」ことにつながっています。

私たちが絵を見て感動するのは、描いた人の目的や動機、すなわち思いが伝わってくるからにほかなりません。絵にした思いは、時代を越(こ)えて私たちに伝わっていくのです。

2020年春　執筆者一同

監修者&執筆者プロフィール

OCHABI Institute

御茶の水美術学院
御茶の水美術専門学校
OCHABI artgym

監修者

服部浩美（はっとり ひろみ）

OCHABI artgym 創立者
OCHABI artgym長
OCHABI Institute理事長

OCHABI artgymの創立、およびOCHABI artgymのプログラム開発と指導陣育成に携わる。現在も、これからの新たなクリエイティブ人材の育成と環境の創出に取り組んでいる。

服部乃摩（はっとり のま）

OCHABI artgym 創立メンバー
OCHABI Institute評議員

OCHABI artgymの創立、およびOCHABI artgymのプログラム開発と指導陣育成に携わる。OCHABI artgymのネーミングを担当。現在も、学生の指導に携わりつつ、グローバルに活躍できるクリエイティブ人材の育成に取り組んでいる。

清水眞（しみず まこと）

OCHABI artgym創立メンバー
OCHABIコンテンツディレクター

HONDA、富士急ハイランド、サントリー、アサヒビール、SUZUKIなど大手企業の広告戦略を手掛けてきた経験を活かし、OCHABI Instituteの教育方針をディレクション。文部科学省「成長分野等における中核的専門人材養成等の戦略的推進事業」にも取り組む。

執筆者

文田聖二（ふみた せいじ）

副OCHABI artgym長

東京藝術大学大学院 美術研究科 壁画研究室修了。OCHABI artgymのコーチ陣の育成および出版物の制作などに従事。多くの企業研修も担当する。造形作家としても展覧会や絵画指導にも取り組んでいる。

末宗美香子（すえむね みかこ）

OCHABI artgym コーチ

東京藝術大学大学院 美術研究科 デザイン専攻 修了。OCHABI artgymのコーチとして指導を担当。作家としても「人」をテーマとした作品を制作、個展やグループ展などにおいて発表している。

芹田紀恵（せりた のりえ）

OCHABI artgym コーチ

東京藝術大学大学院 美術研究科 デザイン専攻 修了。OCHABI artgymのコーチとして指導を担当。作家としても「桜」や「美人画」をテーマとした作品を制作、個展やグループ展などにおいて発表している。

青木陽子（あおき ようこ）

OCHABI artgym コーチ

武蔵野美術大学 造形学部 芸術文化学科 修了。OCHABI artgymのコーチとして指導を担当。作家としても「植物」や「微生物」をテーマとした作品を制作、個展やグループ展などにおいて発表している。

OCHABI Instituteの本

線一本からはじめる
伝わる絵の描き方
ロジカルデッサンの技法

定価 1,980 円
(本体 1,800 円+税 10%)

すばやくさらっと「伝わる絵」が描けるようになる1冊

鉛筆一本ではじめる
光と陰の描き方
ロジカルデッサンの技法

定価 1,980 円
(本体 1,800 円+税 10%)

鉛筆だけで明暗や質感を表現し、立体的な絵が描けるようになる1冊

3ステップで
らしく描ける
伝わる絵の見本帖
ロジカルデッサンの技法

定価 1,980 円
(本体 1,800 円+税 10%)

動物や乗り物など100以上の身近なモチーフが3ステップで描ける

アートのロジックを
読み解く
西洋美術の楽しみ方

定価 2,178 円
(本体 1,980 円+税 10%)

絵心なしで楽しめる、まったく新しいアートの教科書

スタッフリスト

カバー・本文デザイン　植竹　裕（UeDESIGN）
DTP　西嶋　正

デザイン制作室　今津幸弘
　鈴木　薫
制作担当デスク　柏倉真理子
編集　浦上諒子
副編集長　田淵　豪
編集長　藤井貴志

カバーイラスト　OCHABI Institute
カバー画像　gojjump/iStock
モデル画像　フリー素材アイドル
　Mika+Rika

OCHABI Instituteの動画教材

本書を動画で学べます。併せてご活用ください。
動画で学ぶ「人物の描き方」

本書のご感想をぜひお寄せください
https://book.impress.co.jp/books/1119101055
読者登録サービス CLUB IMPRESS
アンケート回答者の中から、抽選で**図書カード（1,000円分）**などを毎月プレゼント。
当選者の発表は賞品の発送をもって代えさせていただきます。
※プレゼントの賞品は変更になる場合があります。

■商品に関する問い合わせ先

このたびは弊社商品をご購入いただきありがとうございます。本書の内容などに関するお問い合わせは、下記のURLまたは二次元バーコードにある問い合わせフォームからお送りください。

https://book.impress.co.jp/info/

上記フォームがご利用いただけない場合のメールでの問い合わせ先

info@impress.co.jp

※お問い合わせの際は、書名、ISBN、お名前、お電話番号、メールアドレス に加えて、「該当するページ」と「具体的なご質問内容」「お使いの動作環境」を必ずご明記ください。なお、本書の範囲を超えるご質問にはお答えできないのでご了承ください。

- ●電話やFAXでのご質問には対応しておりません。また、封書でのお問い合わせは回答までに日数をいただく場合があります。あらかじめご了承ください。
- ●インプレスブックスの本書情報ページ https://book.impress.co.jp/books/1119101055 では、本書のサポート情報や正誤表・訂正情報などを提供しています。あわせてご確認ください。
- ●本書の奥付に記載されている初版発行日から3年が経過した場合、もしくは本書で紹介している製品やサービスについて提供会社によるサポートが終了した場合はご質問にお答えできない場合があります。

■落丁・乱丁本などの問い合わせ先

FAX 03-6837-5023

service@impress.co.jp

※古書店で購入された商品はお取り替えできません。

鉛筆一本(えんぴついっぽん)ではじめる人物(じんぶつ)の描(か)き方(かた)

ロジカルデッサンの技法(ぎほう)

2020年4月11日　初版発行

2022年9月21日　第1版第5刷発行

著　者　OCHABI Institute

発行人　小川 亨

編集人　高橋隆志

発行所　株式会社インプレス

〒101-0051 東京都千代田区神田神保町一丁目105番地

ホームページ https://book.impress.co.jp/

印刷所　株式会社リーブルテック

本書は著作権法上の保護を受けています。本書の一部あるいは全部について（ソフトウェア及びプログラムを含む）、株式会社インプレスから文書による許諾を得ずに、いかなる方法においても無断で複写、複製することは禁じられています。

Copyright © 2020 OCHABI Institute. All rights reserved.

ISBN 978-4-295-00836-1 C2071

Printed in Japan

Contents

序　章　絵の描き方を知ろう
第１章　鉛筆１本で描こう
第２章　顔を描こう
第３章　身体を描こう
第４章　人物を描こう
第５章　人のいる情景を描こう

impress 株式会社インプレス